هونەری گوێپێنەدان

بۆ ژیانیکی جیاواز لەوەی
خوومان پێوە گرتووە

مارک مانسون

پڕفرۆشترینی نیویۆرک تایمز
The New York Times

GOLDEN BOOK

وەرگێڕانی:
ئارام عوسمان

Scanned with CamScanner

238 posts | 19.2k followers | 7 following

Promote | Edit Profile

پەڕەی فەرمی 📚 کتێبی PDF 📚

Public Figure

لێرە

باشترین و بەسودترین و پڕ خوێنەرترین کتێبەکان

بە خۆڕایی و بە شێوەی PDF داگرە

.

Ganjyna

.

لینکی کتێبەکان 👇 ئەم لینکە بکەرەوە بۆ داگرتنی کتێبەکان

drive.google.com/folderview?id=1gk8e3nSJGJLu36xeLUjwdbjgTSVsIbo_

Ktebi_PDF

Scanned with CamScanner

GOLDEN
BOOK

کتێبخانەی گۆڵدن بووک

بۆ چاپ وبڵاوکردنەوە

فەرعی یەکەم: سلێمانی . سابونکەران . مەیدانی پاسەکانی تووی مەلیک
تەلاری هوشیار قەفتان . نهۆمی زەمینی . بازاڕی کتێب
فەرعی دووەم: سلێمانی بەردەرکی سەرا کتێبفرۆشی وەرزێر
ژمارەی تەلەفۆن: ۰۷۷۰۱۵۹۸۷٦۲
http://www.facebook.com/Goldenbook

Scanned with CamScanner

هونەری گوێپێنەدان

بۆ ژیانێکی جیاواز لەوەی خوومان پێوە گرتووە

نووسەر: مارک مانسون

وەرگێڕانی: ئارام عوسمان

Scanned with CamScanner

له بارەی ئەم کتێبەوە وتراوە:

«ئەرمینواندن و بەختەوەری و ئازادی لەوەوە سەرچاوەیان گرتووە کە بزانیت پێویستە گرنگی بە چی بدەیت و لەوەش گرنگتر ئەوەیە بزانیت نابێ گرنگی بە چی بدەیت، ئەمە کتێبێکی زانستیی فەلسەفیی تێروتەسەلە کە ئەو دانایییە بە خوێنەر دەبەخشێت بتوانێت ئەو کارانە بکات.»

- رایان هولیدای، خاوەنی دوو کتێب لە کتێبە پڕفرۆشەکان لە لیستی ڕۆژنامەی نیۆرک تایمز: (ئاستەنگەکان خودی ڕێگان) و (خود خۆی دوژمنە).

«توانای مارک بۆ مەلەکردن قووڵ بووە لە ئاستەنگەکانی ژیاندا و هاتنەدەرەوە بە بیرۆکەی سەرنجڕاکێش، بەڵام پێچەوانەی دۆخی دەقگرتوو ئەمەیە دەیکاتە یەکێک لە کتێبە دڵخوازەکانم، ئەم کتێبە باشترین کتێبیەتی بەرەهایی.»

- مات کیبنز، خاوەنی کتێبی (ڕۆژانە بە پەنجا دۆلار گەشتی جیهان دەکەم: گەشتی درێژتر و زیرەکیی زیاتر بە تێچووی کەمتر) لە لیستی نیویۆرک تایمز، یەکێک بووە لە کتێبە پڕفرۆشەکان.

Scanned with CamScanner

«ئـەم کتێبە تـووشـی شـۆکت دەکـات، هــەروەک لێدانی مشتەکۆلەیەک لەلایەن باشترین هاوڕێتەوە. بەتەواوی پەیوەستت دەکات. کتێبێکی ڕووبازاڕییە، بەڵام بە شێوەیەکی ئێجگار زۆر بیرکردنەوەت دەجووڵێنێت. ئەم کتێبە مەخوێنەرەوە تا ئەو کاتەی ئامادەییت تێدا دەبێت بۆ خستنەلاوەی هەموو بیانووەکان، هەروەها هەستان بە ڕۆڵی کاریگەر لە ژیانکردنێکی زۆر باشتر.»

– ستیڤ کامب، خاوەنی کتێبی (ژیانت پێش بخە) لە لیستی نیویۆرک تایمزدا، یەکێک بووە لە کتێبە پڕفرۆشەکان، دامەزرێنەری سایتی (nerdfitness.com).

«ئەم کتێبە جیاوازە لە هەر کتێبێکی تر. هەوڵ مەدە، هەڵە بە، پێوەرەکانت دابەزێنە، واز لە باوەڕبوون بە خۆت بهێنە، بەدوای ئازاردا بگەڕێ، هەموو خاڵەکانی ڕاست کردۆتەوە بە شێوەیەکی قووڵ، بەسوودە، بەهێزترە لە حەزە ئەرێنییە خووپێوەگیراوەکان. کورتـە، بـەڵام قووڵییەکی سەرنجڕاکێشی هـەیە. بە شەوێک خوێندمەوە.»

– دیریک سایڤرز، دامەزرێنەری (CD baby)، نووسەری (ئـەوەی پێویستە: چل وانـە لە پێناو جۆرێکی نوێ لە خـاوەن کارەکان).

Scanned with CamScanner

«چاوساغێکی بێموجامەلەیە بۆ ژیان بەدامەزراوی و دۆزینەوەی بەختەوەری، بابەتی ئازاردەرە هەندێک جار... کتێبێکە هەمووی بیرۆکەی پێچەوانەی خووپێوەگیراوە، بەڵام یەکجار لۆژیکین لە زۆربەی کاتەکاندا. کتێبێکە کە خوێندنەوەی دڵخۆشت دەکات و شیاوی دووبارە خوێندنەوەیە، ئامێرێکی پێوانەکردنی باشە و پێویستە کتێبەکانی تری لە بواری گەشەپێدانی خود پێ بپێورێت.»

– کیرکوس ریڤیوز

بەندی یەکەم
هەوڵ مەدە!

چارلز بۆکۆڤسکی ئالوودەی کحول بوو، قومارچی بوو، وەزیری ئافرەتان، ڕژد بوو، گیل بوو، خۆی لە دانەوەی قەرزەکانی دەدزییەوە، لە خراپترین ڕۆژەکانیشیدا شاعیر بوو! لەوانەیە کۆتا کەس بێت لەسەر زەوی کە بچیتە لای و داوای لێ بکەیت ئامۆژگارییەکت بکات بۆ باشکردنی ژیانت، یان دوایین کەس بێت کە لەوانەیە ڕۆژێک لە ڕۆژان ببینیت لەناو کتێبێکی یارمەتیدانی کەسی، گەشەپێدانی خود یان یارمەتیدانی خود. ئەمەیە دەیکاتە خاڵی سەرەتا بۆ ئەم کتێبە.

بۆکۆڤسکی ویستی ببێت بە نووسەر، بەڵام بە درێژایی دەیان ساڵ کارەکانی لەلایەن گۆڤار و ڕۆژنامە و بڵاوکراوە نێودەوڵەتییەکان و هەر چاپخانەیەکەوە کە کتێبەکە بخرایە بەر دەستی؛ ڕەت دەکرایەوە، دەیانوت ئەم نووسینە لەوپەڕی خراپیدایە، کارێکی هیچە، قێزەونە، هەژاریشە. لەگەڵ کەڵەکەبوونی نامەکانی ڕەتکردنەوە لەسەری، وا دیار بوو قورسایی شکستهێنانی زۆر زیاتر پاڵی پێوە دەنا بۆ قووڵبوونەوەی زیاتر لە دۆڵی خەمۆکیدا

که کحول خۆراکی بوو، خەمۆکییەک کە زۆربەی کاتەکانی ژیان لێی جیا نەدەبووەوە.

بۆکۆڤسکی کارێکی ڕۆژانەی هەبوو لە یەکێک لە نووسینگەکانی پۆستە لەبەرامبەر حەقدەستێکی زۆر کەم، زۆرینەی ئەو پارەیەشی تـەرخـان دەکـرد بـۆ کـڕینی شـەراب، پاشماوەکەشی بـە قـومار دەدۆڕاند. بە شەواندا بەتەنهایی دەیخواردەوە، هەندێک شیعریشی دەنووسی بە ئامێری نووسینە کۆنەکەی. زۆربەی کات خەبەری دەبووەوە، دەیبینی لەسەر زەوی خەوتووە و لە شەوی پێشترەوە لەهۆش خۆی چووە.

سی ساڵ تێپەڕی بەسەر ئەو بارودۆخەدا، سی ساڵ کە بەشە هەرە زۆرەکەی بریتی بوو لە تەمێکی بێمانایی لە کحول و قومار و لەشفرۆشەکان. دوای ئەوە کاتێ بۆ کۆڤسکی گەیشتە پەنجا ساڵ، واتە دوای تەمەنێکی تەواو لە شکست و خۆبەکەمزانین، خاوەنی یەکێک لە چاپخانە بچووکە سەربەخۆکان گرنگییەکی سەیری دا بە کتێبەکەی، ئەو خاوەن چاپخانەیە نەیدەتوانی پارەیەکی زۆر بدات بە بۆکۆڤسکی یان بەڵێنی فرۆشێکی زۆری پێ بدات، بەڵام سۆزێکی سەیری بەرامبەر ئەو سەرخۆشە شکستخواردووە نیشان دا و بڕیاری دا ئەو گرەوەی لەسەر بکات. بۆکۆڤسکی بۆی دەرکەوت کە ئەمە یەکەمین گرێبەستی ڕاستەقینەیە کە بەدەستی دەهێنێت، ئەوەشی بۆ دەرکەوت کە لەوانەیە ئەمە دواهەمین گرێبەستیش بێت. لە وەڵامی ئەو خاوەن چاپخانەیەدا بۆی نووسی: «دەبێ یەکێک لەم دووانە هەڵبژێرم: مانەوە لە نووسینگەی پۆستە تا بەتەواوی شێت دەبـم... یان مانەوە لە دەرەوە تا ڕۆڵی نووسەرێک بگێرم و بەدەست برسێتییەوە بناڵێنم. منیش بڕیارم داوە کە بەدەست برسێتییەوە بناڵێنم.»

Scanned with CamScanner

پاش ئیمزاکردنی گرێبەستەکە، بۆکۆفسکی لە ماوەی سێ هەفتەدا یەکەمین ڕۆمانی خۆی تەواو کرد، ناوێکی تا ئەوپەڕی سادەی بۆ دانا: نووسینگەی پۆستە. لەو شوێنەی کە تێیدا پێشکەشی دەکەن بە کەسەکان، بۆکۆفسکی نووسیبووی: «پێشکەشە بە هیچ کەسێک».

وا هاتە پێش بۆکۆفسکی ببێتە ڕۆماننووس و شاعیرێکی سەرکەوتوو، شەش ڕۆمان و سەدان قەسیدەی بڵاو کردەوە، هەروەها زیاتر لە دوو ملیۆن نوسخەی لە کتێبەکانی فرۆشت. ئەو جەماوەرێتییەی بۆی دروست بوو؛ پێچەوانەی هەموو پێشبینییەکان بوو، تەنانەت پێچەوانەی پێشبینییەکانی خۆیشی بوو.

چیرۆکەکانی خەڵکانی هاوشێوەی بۆکۆفسکی بوونەتە قووتێکی ڕۆژانەی گێڕانەوە ڕۆشنبیرییەکانمان. ژیانی بۆکۆفسکی ئەو خەونەی ئەمەریکییەکانی بەرجەستە کرد کە بریتییە لەوەی: پیاوێک دەجەنگێت لە پێناو ئەوەی دەیەوێت و هەرگیز خۆی بەدەستەوە نادات، پاشان شێتانەترین خەونەکانی بەدی دێنێت. ئەمە لە فیلمێک دەچێت کە چاوەڕێیە کەسێک ببێتە دەرهێنەری. هەموومان تەماشای ئەو چیرۆکانەی هاوشێوەی چیرۆکەکەی بۆکۆفسکی دەکەین و هەریەکەمان بەوی تر دەڵێت: «بینیت؟ ئەو هەرگیز خۆی بەدەستەوە نادات، هەرگیز لە هەوڵدان ناکەوێت، ئەو هەمیشە باوەڕی بە خۆی هەیە، بەردەوام بوو لە وەستانەوە بە ڕووی هەموو بەربەستەکاندا و توانیی خۆی بکاتە کەسێکی گرنگ.»

لەم کاتەدا شتێکی سەیرە کاتێ بینین لەسەر گۆڕەکەی بۆکۆفسکی ئەم نووسینە هەڵکۆڵرابێت: «هەوڵ مەدە!»

بینیتان؟ سەرەڕای فرۆشی کتێبەکانی، سەرەڕای

Scanned with CamScanner

ناوبانگەکەشی، بۆکۆفسکی کەسێکی شکستخواردوو بوو، ئەمەشی دەزانی، سەرکەوتنەکەی لە بڕیاردانی بۆ سەرکەوتنەوە سەرچاوەی نەگرتبوو، بەڵکوو لەوەوە بوو کە تێگەیشتبوو کەسێکی شکستخواردووە، بە قبوڵکردنی ئەو ڕاستییە، پاشان بە نووسینی لە بارەیەوە بەوپەڕی ڕاستگۆییەوە. بۆکۆفسکی هەرگیز هەوڵی نەداوە شتێک بێت کە خۆی لە بنەڕەتدا وا نەبووبێت. بلیمەتیی کارەکانی بۆکۆفسکی لە زاڵبوون بەسەر ئەو بەربەستانەی عەقڵ باوەڕیان پێ ناکات و گەشەپێدانی خۆیدا خۆیان حەشار نەدابوو تا ئەوەی ببێتە پێشەنگێکی ئەدەبیی هەڵکەوتوو، کارەکە بەتەواوی پێچەوانەی ئەوە بوو، ئەوە لێوەشاوەییە سادەکەی بوو کە توانیی بەتەواوی لەگەڵ خۆیدا ڕاستگۆ بێت، بێ ئەوەی یەک تۆزیش لێی لا بدات (بەڵکوو ڕاستگۆ بوو، بەتایبەت لەگەڵ خراپترین بارودۆخدا)، هەروەها باسی لە کەوتنەکانی کردووە بەبێ هیچ گومان و دوودڵییەک.

ئەمانە چیرۆکی ڕاستەقینەی سەرکەوتنی بۆکۆفسکی بوون: هەستکردنی بە هێوری بەرامبەر هەم خۆی و هەم بەرامبەر شکستەکانی. بۆکۆفسکی زۆر گوێی بە سەرکەوتن نەدەدا، تەنانەت کاتێ کە ناوبانگیشی پەیدا کرد؛ لە چاوپێکەوتن و کۆڕە شیعرییەکانیدا بەردەوام پێشوازیی لە کەسانێک دەکرد کە ژیانیان بەڕاستی ناخۆش بوو، بەردەوام لەبەر چاوی خەڵکیدا عەیبەکانی خۆی دەخستە ڕوو و هەوڵی دەدا لەگەڵ هەموو ئافرەتێک بخەوێت کە دەستی پێی دەگات. سەرکەوتن و ناوبانگ نەیکردە کەسێکی باشتر لەوەی پێشوو، هەروەها نەبووە کەسێکی سەرکەوتوو و بەناوبانگ لە ڕێگەی گۆڕانی بۆ کەسێکی باشتر.

زۆربەی کات سەرکەوتن و گەشەپێدانی خود بەیەکەوە دێن،

بەڵام ئەمە مانای ئەوە نییە ئەم دووانە یەک شتن.

ڕۆشنبیریی ئەمڕۆمان جەختێکی زۆر لەرادەبەدەری کردۆتەوە لەسەر پێشبینی و ئومێدە ئەرێنییەکان تا ئاستێکی ناواقیعی، زیاتر بەختەوەر بە، خاوەن تەندروستیی زیاتر بە، باشترین بە، لەوانی تر باشتر بە، زیرەکتر بە، خێراتر بە، دەوڵەمەندتر بە، سەرنجڕاکێشتر بە، خاوەن ناوبانگی زیاتر بە، بەرهەمت زیاتر بکە، زیاتر ببە جێگای حەسوودیی خەڵکی، زیاتر جێگای سەرسوڕمانیان بە، تێروتەسەل و سەرنجڕاکێش بە، ڕۆژانە پێش نانخواردنی ئێوارە؛ قاڵبێک ئاڵتوونی عەیارە ٢٤ بەدەست بهێنە تا کاتێک ماچی بەیانیان دەبەخشیتە هاوسەرە جوانەکەت و منداڵەکانت، پاشان بە فڕۆکە هێلیکۆپتەرە تایبەتەکەت بچۆ بۆ سەر کارە زۆر باشەکەت کە لە جێی ویستی خۆتدایە و لەوێ ڕۆژەکانت بە ڕاپەڕاندنی کاری گرنگ بەسەر بەرە، بە جۆرێک کە جێی باوەڕ نییە، کارێکی وا کە ڕەنگە ڕۆژێک لە ڕۆژان ئەم هەسارەیە ڕزگار بکات!

بەڵام ئەگەر بوەستیت و بەقووڵی بیر بکەیتەوە، دەبینی کە ئامۆژگارییە دەقگرتووەکان بۆ ژیان (هەموو شتە ئەرێنییە دڵخۆشکەرەکان کە ڕێک خراون بۆ یارمەتیدانی خود، کە بە درێژایی کات گوێمان لێی دەبێت)، خۆی لە ڕاستیدا ئامۆژگارین کە جەخت لەسەر ئەو شتانە دەکەنەوە کە تۆ لێیان بێبەشیت، ئەوە وەک تیشکی لەیزەر بەوردی ئاراستە کراوە بۆ ئەو شوێنانەی کە دەیانبینێت لە کەموکوڕیی کەسێتی و شوێنی شکستەکانت؛ زۆر جەختی لێ دەکاتەوە تا ئەو کاتەی بەباشی ببینیت. تۆ فێری شتانێک دەبیت لە باشترین ڕێگاکانی بەدەستهێنانی پارە، لەبەر ئەوەی تۆ هەست دەکەیت ئەو پارەیەی بەدەستی دەهێنیت؛ بە ئەندازەی پێویست نییە. هەروەها تۆ لەبەردەم ئاوێنەیەکدا

دەوەستیت و چەند دەستەواژەیەک دووبـارە دەکەیتەوە کە بە هۆیەوە جەخت دەکەیتەوە لەوەی کە تۆ کەسێکی جوانیت، چونکە تۆ وا هەست دەکەیت کە لە ڕاستیدا جوان نییت. هەروەها تۆ شوێن ئامۆژگارییەکانی تایبەت بە پەیوەندییەکان و ژووانەکان دەکەویت، لەبەر ئەوەی تۆ وا هەست دەکەیت کەسێکیت کە خەڵکی خۆشیان ناوێت بە شێوەی سروشتی. تۆ ڕاهێنانی بێعەقڵانە و گێلانە دەکەیت، پێت وایە لەو ڕێگایەوە دەبیتە کەسێکی سەرکەوتووتر، چونکە خۆت وا نابینیت کە بە ئەندازەی پێویست سەرکەوتوو بیت.

ئـەو جیاوازییە پێکەنیناوییەی لـە هـەمـوو ئـەمـانـەدا هەیە کە جەختکردنەوەی توند لەسەر ئەرێنییەکان (لەسەر ئـەوەی باشترینە، لەسەر ئەوەش کە سەرکەوتووترینە)؛ هیچ ناکات جگە لە بیرخستنەوەی جار لەدوای جارمان بۆ ئەو شتانەی کە نیمانە، یان ئەوەی کە پێویستمان پێیەتی، یان ئەوەی کە ئەگەر شکستمان نەهێنایە؛ پێویست بوو بەو شێوەیە بین. لە کۆتاییشدا هەموومان تێدەگەین هیچ ئافرەتێکی بەختەوەر نییە بەڕاستی کە پێویستی بـەوە هەبێت بـەردەوام لەبەردەم ئاوێنەدا بوەستێت و بڵێت کە بەختەوەرە، ئەو بەکرداری بەختەوەرە، بێ ئەوەی پێویستی بەوە بێت.

تەکساسییەکان پەندێکیان هـەیـە دەڵـێـت: «ئـەو سـەگانەی بچووکترن، زیاتر دەوەڕن»، پیاوێک کە باوەڕی بە خۆی هەبێت، هیچ پێویستی بەوە نییە بەڵگە بهێنێتەوە بۆ ئەوەی کە باوەڕی بە خۆی هەیە. هەروەها هیچ ئافرەتێکی دەوڵەمەند پێویستی بەوە نییە باوەڕ بە خۆی بهێنێت کە دەوڵەمەندە بە هەر جۆرێک بێت. بەڵام تۆ شتێک بیت یان شتێک نەبیت، یان ئەگەر خەون بە شتێکی دیاریکراوەوە ببینیت بە درێژایی کات، تۆ جار لەدوای جار هەر

ئەو واقیعەی کە هەیە؛ دووبارەی دەکەیتەوە: تۆ بەو شێوەیە نییت.

هەموو کەسێک هەوڵ دەدات، هەموو ڕیکلامێکی تەلەڤزیۆنییش، بۆ ئەوەی کە وا بکات باوەڕ بهێنیت کلیلی تۆ بۆ ژیانێکی باش؛ بریتییە لە کارێکی باشتر لە کارەکەت یان ئۆتۆمبێلێکی لەوەی خۆت پێشکەوتووتر یان ژنێکی جوانتر لە ژنەکەی خۆت یان حەوزێکی خۆشۆردنی گەرم کە فووی تێ بکرێت بۆ منداڵەکان. هەروەها هەموو جیهان بەبەردەوامی پێت دەڵێن کە ڕێگای بەرەو ژیانێکی باشتر، بریتییە لە زیاتر و زیاتر و زیاتر... زیاتر بکڕە، زیاتر بەدەست بهێنە، زیاتریش دروست بکە، تەمەڵتر بە، لە هەموو شتێکدا زیاتر بە، بەردەوام خۆت لەژێر تاوەبارانی ئەو پەیامانەدا دەبینیتەوە کە بانگت دەکەن بۆ ئەوەی زیاتر و زیاتر گوێ بدەیت بە هەموو شتەکان، بە درێژایی کاتیش پێویستە زیاتر گرنگی بدەیت بە بەدەستهێنانی ئامێرێکی تەلەڤزیۆنی نوێ، پێویستە گرنگی زیاتر بدەیت بەوەی پشوویەک بە جۆرێک بەسەر بەریت کە لە هی هاوڕێکانت باشتر بێت، هەروەها پێویستە گرنگی زیاتر بدەیت بە کڕینی ئەو جوانکارییە نوێ و ڕازاوانەی لەناو باخچەی ماڵەکەتدا دایاندەنێیت، هەروەها پێویستە لەسەرت گرنگی بدەیت بەوەی داری سێلفیی ئەسڵت دەست بکەوێت!

بۆچی؟ پێم وا بێ وەڵامەکەی سادەیە، ئەوەیە: لەبەر ئەوەی گرنگیدانی زیاتر بە شتەکان، کارێکی تەواو گونجاوە لەگەڵ بەرژەوەندیی کۆمپانیاکان.

ڕاستە بەدەستهێنانی کارێکی نوێ هیچ هەڵەیەکی تێدا نییە، بەڵام گرنگیدانی لەڕادەبەدەر بەوە؛ کارێکی خراپە بۆ تەندروستیی عەقڵیت. ئەوە وا دەکات زیاتر پەیوەست بیت بە ڕووکەشێکی ساختەوە، هەروەها وا دەکات ژیانت تەرخان بکەیت بۆ گەیشتن

بە تراویلکەی بەختەوەری یان هەستکردن بە ڕازیبوون. زیاتر گرنگیدانت بە بەدەستهێنانی «زیاتر»؛ کلیلی ژیانێکی باش نییە، بەڵکوو کلیلەکە بریتییە لە «گرنگیپێدانی کەمتر»، گرنگیدانی کورتکراوە بۆ ئەو شتەی ڕاستەقینەیە، هیی ئێستایە، گرنگە.

ئـەو ئەڵقە جەهەننەمییەی خـۆی دووبـارە دەکاتەوە

ئارەزوویەکی شێتانەی پیس هەیە کە لەوانەیە تووشی مێشکت ببێت، بەڵکوو دەتوانێت؛ ئەگەر ڕێگات پێ دا کە بەتەواوی نەفامت بکات. ئەگەر ئەمەی ئێستا دەیڵێم بۆ تۆ ئاشنا بوو، پێم بڵێ:

دڵەڕاوکێ ڕووت تێ دەکات لە بارەی ئەوەی پەیوەندیی هەیە بە ڕووبەڕووبوونەوەی شتێک لە ژیانتدا، پاشان ئەو دڵەڕاوکێیە دەستەوسانت دەکات لە ئاست هەر کارێکدا، دەست دەکەیت بە پرسیارکردن لە بارەی هۆکاری ئەو دڵەڕاوکێیەت. تۆ ئێستا تووشی دڵەڕاوکێ بوویت لە بارەی ئەوەی پەیوەستە بە دڵەڕاوکێکەت. ئۆو، نا! ئەوە دڵەڕاوکێی دووانییە، دووبارەبووەیە! تۆ ئێستا لە بارەی دڵەڕاوکێکەتەوە دوودڵیت، ئەمەش دوودڵیی زیاترت بۆ دێنێتە ئاراوە.

یـان با بڵێین تۆ کێشەی تووڕەبوونت هەیە، بە شتی زۆر بێعەقڵانە تووڕە دەبیت، بە هۆی شتی یەکجار بێنرخەوە، هیچ نازانیت لە بـارەی ئـەوەی چی بـەو شێوەیە تـووڕەت دەکـات، پاشان تێگەیشتنێکت بۆ دروست دەبێت کە بەڕاستی تۆ بەئاسانی تووڕە دەبیت تا ئەو ڕادەیـە ئەمەش بێزارت دەکات و زیاتر لە جاران تووڕەت دەکات، پاشان لەوپەڕی بێهۆشیی تووڕەبوونتدا

Scanned with CamScanner

تێدەگەیت کە ئەم تووڕەبوونە بەردەوامەت دەتکاتە کەسێکی لاواز و داخراو، تۆش ئەمەت زۆر پێ ناخۆشە! پێت ناخۆشە تا ئاستێک لە خۆیشت تووڕەت دەبێت. ئێستا سەیری خۆت بکە، تۆ تووڕەیت لە خۆت، لەبەر ئەوەی لە تووڕەبوونەکەت تووڕەیت. نەفرەتت لێ بێت دیوار... بیگرە ئەم مشتەکۆڵەیە! ئاخ... دەستم!

یان بە درێژایی کات زۆر دوودڵ دەبیت لە بارەی ئەوەی کارێکی ڕاست ئەنجام بدەیت تا ئاستێک کە ئەمەش خۆی دەبێتە سەرچاوەیەکی نوێ بۆ دوودڵـی، یان هەست بە تاوانکردنێکی بەهێزت تێدایە لەبەرامبەر هـەر هەڵەیەک کە دەیکەیت تا ئەو ئاستەی دەست دەکەیت بە هەستکردن بە تاوان لەو بارەیەوە، بەمەش هەموو ژیانت دەبێت بە هەستکردن بە تاوان. یان زۆر کات وا خۆت دەبینیت کە تۆ کەسێکی خەمبار و تەنهایت، بە جۆرێک وا دەکات هەست بە خەمێکی گەورەتر و تەنهاییەکی زیاتر بکەیت تەنها بە بیرکردنەوە لەو بابەتە.

بەخێر بێیت بۆ ئەو ئەڵقە جەهەننەمییەی خۆی دووبارە دەکاتەوە!

زۆر ڕێی تێدەچێت کە پێشتر چەندین جار خۆت وا بینیوەتەوە کە تۆ زیندانی ئەو ئەڵقەیەیت، بەڵکوو لەوانەیە ئێستا تیایدا بیت، لەم ساتەدا: «ئای خودایە! من دەکەومە ناو ئەڵقەی جەهەننەمییەوە کە خۆی دووبارە دەکاتەوە بەبەردەوامی... من چەند شکستخواردووم، لەبەر ئەوەی بەردەوام من ئەمەم بەسەردا دێت! پێویستە لەسەرم بوەستم! ئای، ئای خودایە، هەست دەکەم من کەسێکی تەواو شکستخواردووم، لەبەر ئـەوەی خـۆم بە شکستخواردوو ناو

Scanned with CamScanner

دەهێنم. پێویستە واز لە وتنی ئەم سیفەتە بهێنم بەرامبەر بە خۆم. ئۆو، نەفرەت لە هەموو شتێک، من دیسان دووبارەی دەکەمەوە! ئایا نابینن من کەسێکی شکستخواردووم! ئەی هاوار بە ماڵم!»

لەسەرخۆ هاورێم، گوێ بگرە، پاشان تۆ باوەڕ بکەیت یان نا: ئەمە بەشێکە لەو جوانییەی کە تۆ مرۆڤیت. پێش هەموو شتێک پێت دەڵێم: ئەو گیانلەبەرانە زۆر کەمن کە توانای ئەوەیان هەیە بیر لەو شتانە بکەنەوە کە خۆیانی پێ ڕازی بکەن و بڕوای پێ بهێنن، بەڵام ئێمەی مرۆڤ خۆشگوزەرانین کە توانای ئەوەمان هەیە بیرۆکەمان هەبێت لەسەر بیرۆکەکانی خۆمان. بەو شێوەیە، من دەتوانم بیر لەوە بکەمەوە کە لە یوتیوب تەماشای هەندێک گرتەی ڤیدیۆیی بکەم، پاشان ڕاستەوخۆ دەست بکەم بە بیرکردنەوە لە بارەی ئەوەی کە من لە ڕووی عەقڵییەوە تەواو نیم، چونکە من دەمەوێ لە یوتیوب ئەو گرتانە ببینم. ئۆو، ئەمەیە سەرسوڕهێنەریی عەقڵی مرۆڤ!

ئا ئەمە کێشەکەمانە: کۆمەڵگای ئەمڕۆمان، لە ڕێی ئەو شتە سەیرانەی ئەنجامیان دەدات؛ ڕۆشنبیریی بەکاربردنی بنیات ناوە و پەیامەکانی هاوشێوەی «سەیر کە... ژیانم لە ژیانی تۆ جوانترە»، کە بە هۆیەوە تۆرە کۆمەڵایەتییەکان بەسەرماندا دەبارێنێت، نەوەیەکی تـەواوی لە خەڵک بەرهەم هێناوە کە هەبوونی ئەو دەربڕینە نەرێنییانە -دوودڵی، ترس، هەستکردن بە تاوان، هتد..-؛ بەرەهایی کارێکی باش نییە. مەبەستی من ئەوەیە کاتێ ئەوەی لە فەیسبوکەوە بۆت دێت؛ دەیبینیت، تۆ وا دەزانیت کە هەموو تاکێک لە جیهاندا کاتێکی نایاب لە ژیانی بەسەر دەبـات! سەیر کە... ئەم هەفتەیە هەشت کەس هاوسەرگیرییان کردووە! لەسەر شاشەی تەلەڤزیۆنەوە کیژۆڵەیەکی شانزە ساڵان دەرکەوتووە

کە بە هۆی ئاهەنگی یادی لەدایکبوونیەوە ئۆتۆمبیلێکی فیراریی بەدیاری وەرگرتووە، هەروەها منداڵێکی تر هەیە کە دوو ملیۆن دۆلاری دەست کەوتووە لەبەر ئەوەی پرۆگرامێکی داهێناوە کە بە شێوەی خۆکار کلینکسی تەوالێتت بۆ زیاد دەکات ئەگەر تەواو بوو.

بەلام تۆ لە ماڵەوە دانیشتوویت و ددانی پشیلەکەت پاک دەکەیتەوە، لەو کاتەدا تۆ هیچ بیرۆکەیەکت بە مێشکدا نایەت جگە لەوەی کە ژیانی تۆ زۆر ناخۆشە، بەڵکوو وای دەبینیت کە زۆر لەوەش ناخۆشترە کە گومانت بردووە.

«ئەڵقەی جەهەننەمی کە خۆی دووبارە دەکاتەوە» هەموو جێگایەکی گرتووەتەوە، زۆربەمان دەخاتە ژێر فشارێکی دەروونیی زۆرەوە، دەمانکاتە کەسێکی دەروون شێواو، کە تا ئاستێکی زۆر ڕقمان لە خۆمان ببێتەوە.

لە سەردەمی باپیرانماندا، باپیرە کە باروودۆخێکی خراپی هەبووایە؛ لە دڵی خۆیدا دەیوت: «نەفرەت لە هەموو ئەوانە! بێگومان ئەمڕۆ وا هەست دەکەم کە من شیاکەی مانگایەکم، نەک زیاتر. بەلام بۆچی؟ وا بزانم ژیان هەر وایە، با بگەڕێمەوە بۆ شکاندنی توێکڵەکە.»

بەلام ئێمە ئێستا چیمان بەدەستەوەیە؟ ئێستا... ئەگەر هەستێکی خراپ دایگرتیت بەرامبەر بە خۆت، ئەگەر بۆ تەنها پێنج خولەکیش بێت؛ ئەوا یەکسەر خۆت لەبەرامبەر سەدان وێنەی کەسانی تردا دەبینیتەوە کە هەموویان تەواو بەختەوەرن و ئەوپەڕی ژیانێکی خۆش بەسەر دەبەن. دوورخستنەوەی ئەو هەستە لە خۆت، دەبێتە شتێکی ئەستەم کە هەندێک هەڵەت تێدایە وای کردووە تۆ لەوان کەمتر بیت.

ئەم بەشەی کۆتاییە وامان لێ دەکات بناڵێنین. هەست بە خراپی

دەکەین، لەبەر ئەوەی هەست بە خراپی دەکەین. هەروەها هەست بە تاوان دەکەین، لەبەر ئەوەی هەست بە تاوان دەکەین. تووڕەش دەبین، لەبەر ئەوەی هەست دەکەین تووڕەین. تووشی دڵەڕاوکێ دەبین، لەبەر ئەوەی هەست بە دڵەڕاوکێ دەکەین. ئۆف... کێشەکەم چییە؟

ئەمە وا دەکات «گوێپێنەدان» کارێکی باش بێت، ئەمە وا دەکات ڕۆنەچوون لە گرنگیدان؛ جیهان ڕزگار بکات. هەر تۆ ڕزگاری دەکەیت؛ لە میانەی داننانت بەوەی جیهان شوێنێکی خراپە، ئەوە شتێکە جێی گرنگیپێدان نییە؛ لەبەر ئەوەی جیهان بەردەوام بەو شێوەیە بووە، لەبەر ئەوەی لە داهاتووشدا بەبەردەوامی هەر وا دەبێت.

لە ڕێگای گرنگینەدانت بەوەی هەستێکی خراپت هەبێت، ئەوە تۆ کاریگەریی «ئەڵقەی جەهەننەمی کە خۆی دووبارە دەکاتەوە»؛ بەتاڵ دەکەیتەوە. تۆ بە خۆت دەڵێیت: «هەستێکی خراپم هەیە! باشە، گرنگیی ئەمە چییە؟» پاشان کەسێک هاواوەی گوێپێنەدانی ئەفسووناویت پێدا دەپرژێنێت، دەبینیت کە وازت هێناوە لە ڕقبوونەوە لە خۆت، چونکە تۆ هەست بە هەموو ئەو خراپییانە دەکەیت.

جۆرج ئۆروێڵ وتوویەتی توانای بینینی تەواوەتیی مرۆڤ بۆ ئەوەی لە بەردەمیدایە، پێویستی بە خەباتێکی بەردەوام هەیە. زۆر باشە، چارەسەری دڵەڕاوکێ و دوودڵیی ئێمە بەتەواوی لەبەردەمی خۆماندایە، بەڵام ئێمە لێیان بێئاگاین بە هۆی تەماشاکردنی فیلمە بەدڕەوشتییەکان و ڕیکلامی ئامێرەکانی لەشجوانی کە هیچ سوودێکیان نییە کە وامان لێ دەکان نەتوانین ئەو چارەسەرە ببینین، چونکە ئێمە کاتەکانمان بەسەر دەبەین بە گەڕان بەدوای

ئەو هۆکارانەی ورگمان پێی بچووک دەبێتەوە و بتوانین سەرنجی کچێکی قژ زەرد رابکێشین.

لەنێوان خۆماندا نوکتە لە بارەی «کێشەکانی جیهانی یەکەم»ەوە ئالوگۆڕ پێ دەکەین، بەڵام لە ڕاستیدا ئێمە بووینەتە قوربانیی سەرکەوتنەکانمان. کێشە تەندروستییەکان کە لە گرژبوونی دەروونییەوە سەرچاوەیان گرتووە، دڵەڕاوکێکان، هەروها حاڵەتەکانی خەمۆکی کە لە سی ساڵی ڕابردوودا زۆربوونێکی موشەکییانەیان بەخۆوە بینیوە، سەرەڕای ئەوەی هەریەک لە ئێمە خاوەنی شاشەیەکی تەختی تەلەفزیۆنە، هەروەها دەتوانێت شتەکانی ڕۆژانەی بکڕێت و بیباتەوە بۆ ماڵەوە. قەیرانەکەمان چیتر ماددی نییە، بەڵکوو قەیرانێکی وجوودییە، قەیرانێکی ڕۆحییە. زیادەیەکی زۆرمان هەیە کە وای کردووە نەزانین کامیان بکەینە جێی گرنگیپێدانمان.

لەگەڵ ئەوەی بڕێکی بێکۆتاییمان هەیە لە شتەکان کە دەتوانین بیانبینین یان بیانزانین، هەروەها ژمارەیەکی بێکۆتایی شێوازمان هەیە کە ڕێگامان پێ دەدات ئەوە بزانین کە ئێمە شیاوی ئەوانە نین، هەروەها ئێمە بە ئاستی پێویست باش نین، شتەکانیش هێندە گەورە و نایاب نین وەک ئەوەی پێویستە هەبن، هەموو ئەمانە لە ناخەوە بریندارمان دەکەن.

ئێمە لە ناخەوە بریندار دەبین، چونکە ئەو شتە هەڵەیە هەیە لە گەردەلوولی بێمانایی کە لەژێر ناونیشانی «چۆن دەتوانی بەختەوەر بیت» بۆمان دێت، هەروەها ئەو شتانەی هەشت ملیۆن جار لە فەیسبوک بڵاو کراونەتەوە لەم چەند ساڵە کەمەی ڕابردوودا... سەیر کە، ئەم شتە بەتاڵانەی کەس نییە تێی بگات:

حەزکردن بۆ ئەزموونکردنی ئەرێنیی؛ زیاتر خۆی لە خۆیدا

ئەزموونێکی نەرێنییە، جیاواز لەوە مرۆڤ گەر دان بنێت بە ئەزموونکردنێکی نەرێنیدا؛ خۆی لە خۆیدا ئەزموونکردنێکی ئەرێنییە!

ئەم شتە بەراستی عەقڵ ماندوو دەکات! کێشە نییە... ئێستا خولەکێکتان پێ دەدەم بۆ حەواندنەوەی عەقڵتان، یان لەوانەیە دووبارە خوێندنەوەی ئەوە بێت: حەزکردن لە ئەزموونکردنە ئەرێنییەکان؛ ئەزموونێکی نەرێنییە، داننان بە ئەزموونکردنە نەرێنییەکانیش؛ ئەزموونێکی ئەرێنییە. ئەمەیە کە فەیلەسووف ئالان وات ئاماژەی پێ دەکات بە ناوی «یاسای گەڕانەوە»... یان بیرۆکەی ئەوەی کە تۆ هەتا هەوڵ بدەیت هەستەکانت بە درێژایی کات باشتر بێت؛ ڕەزامەندبوونت کەمتر دەبێتەوە، چونکە ڕاکردن بەدوای شتێکدا؛ هیچ نییە جگە لەوەی کە تۆ لە بنەڕەتدا کەموکورتیت هەیە لەو شتەدا. هەتا حەزت بۆ دەوڵەمەندبوون زیاتر بێت، زیاتر هەست بەوە دەکەیت کە تۆ هەژارێکی بێبەهایت، بە چاوپۆشین لەوەی تۆ لە ڕاستیدا چەندە پارەت دەست دەکەوێت. هەتا حەزت زیاتر بێت بۆ ئەوەی ئافرەتێکی سەرنجڕاکێش و وروژێنەر و خواستراو بێت، زیاتر خۆت بە ناشیرین دێتە بەرچاو، ئەمەش بێ لەبەرچاوگرتنی ڕووکەشی ڕاستەقینەی جەستەت. هەروەها تا حەزەکانت زیاتر بن بۆ ئەوەی ببیتە ئافرەتێکی بەختەوەر و خۆشەویست، زیاتر هەست بە تەنهایی و ترس دەکەیت، بێ لەبەرچاوگرتنی ئەوانەی لە دەوروبەرتن. هەتا زیاتریش هەوڵ بدەیت بۆ ئەوەی لە ڕووی ڕۆحییەوە نوورانی بێت، زیاتر دەبیتە کەسێکی ڕووکەشی و چەقبەستوو بەدەوری خۆتدا بە فەرامۆشکردنی ئەو هەوڵانەی دەیدەیت بۆ بەدەستهێنانی بەرچاوڕوونیی ڕۆحیی قووڵ.

هاوشێوەی ئەوەیە کە بەسەر من هات؛ کاتێ پێم نا لە پەلەیەک

Scanned with CamScanner

ترشی سووتێنەر، وام لێ هات هەتا زیاتر بەرەو ماڵەوە دەڕۆیشتم؛ هەستم دەکرد ماڵەکەم لێم دوور دەکەوێتەوە. بەڵێ، من ئەم خەیاڵبوونە لە ترشی سووتێنەر بەکار دێنم تا خاڵێکی فەلسەفیی پێ ڕوون بکەمەوە کە پەیوەستە بە بەختەوەرییەوە. ئەوە بێعەقڵییە؟... گوێ بەوە نادەم!

فەیلەسووفی وجوودی؛ ئەلبێر کامۆ دەڵێت (منیش دڵنیام لەوەی ئەو لەو کاتەدا شرۆبی خەیاڵبوونی نەخواردووە): «ئەگەر بەردەوام لە گەڕاندا بیت بەدوای ئەوەی بەختەوەریی لێ پێک دێت؛ ئەوا هەرگیز بەختەوەر نابیت. هەرگیز ناتوانیت بژیت ئەگەر تۆ لەوانە بیت کە بەدوای واتای ژیاندا دەگەڕێن.»

یان دەتوانین ئەمە بە شێوەیەکی زۆر سادە دەرببڕین: هەوڵ مەدە!

دەزانم ئێستا چیم پێ دەڵێن: «مارک! ئەوەی دەیڵێیت؛ تەواو وڕووژێنەرە، ئەی چی دەڵێیت لە بارەی ئۆتۆمبێلێکی شۆفرلێتی کامارۆ کە دەمەوێت پارە پاشەکەوت بکەم بۆ ئەوەی بیکڕم؟ ئەی چی دەڵێیت لە بارەی ئەوەی جەستەیەکی شیاومان هەبێت تا پێوەی لەکەنار ئاوەکان دەربکەوین و خۆمان برسی دەکەین بۆ ئەوەی پێی بگەین؟ پارەیەکی زۆریشم داوە بۆ ئەوەی ئەو ئامێرە وەرزشییە بکڕم! چی دەڵێی لە بارەی ئەو ماڵە گەورەیەی لەکەنار دەریایەکە و هەمیشە خەونی پێوە دەبینین؟ ئەگەر واز لە گرنگیدان بەو شتانە بهێنم، ئەوا بەرەهایی هیچ بەدەست ناهێنم. من نامەوێ ئەمەم بەسەر بێت.»

پێم خۆشە ئەم جۆرە پرسیارانە دەکەن.

ئایا تێبینیت کردووە کە ڕۆژێک لە ڕۆژان دەستکەوتێکت لە یەکێک لە کاروبارەکاندا زیاتر دەبێت، کاتێ گرنگیپێدان و دوودڵیت

بەرامبەری کەم دەکات؟ تێبینی ئەو کەسە بکە کە زۆر کات کەمترین وەبەرهێنانی کردووە بۆ سەرکەوتن لە کارێکدا، بەڵام لە کۆتاییدا پێی دەگات! هەروەها تێبینی ئەوە بکە کە هەموو شتێک وا دیارە کە خۆی شوێنی شیاوی خۆی دەدۆزێتەوە، کاتێ تۆ زیادەڕەوی ناکەیت لە گرنگیپێدانی.

ئەی واتای ئەمە چییە؟

ئەوەی لە یاسای گەڕانەوەدا سەرنجم ڕادەکێشێت، ئەوەیە کە پێی دەوترێت گەڕانەوە لەبەر هۆیەکی گرنگ: گرنگینەدانی زۆر، ئەنجامی پێچەوانەی دەبێت. ئەگەر ڕاکردن بەشوێن ئەرێنییەکان کارێکی نەرێنی بێت، کەواتە ڕاکردن بەشوێن نەرێنییەکاندا؛ ئەرێنییە. ئەو ئازار و نارەحەتییانەی مرۆڤ لە هۆڵی ڕاهێنانە وەرزشییەکاندا دەیچێژێت، سەر دەکێشن بۆ تەندروستییەکی باشتر و وزەیەکی زیاتر. حاڵەتەکانی شکستهێنانیش لە کارکردندا، سەر دەکێشێت بۆ تێگەیشتنی باشتر بۆ ئەو شتانەی پێویستن بۆ بەدەستهێنانی سەرکەوتن. سەیرەکە لەوەدایە کە تۆ ئەگەر کراوە بێت بەسەر سەرچاوەکانی نەبوونی ئاسایش، تۆ زیاتر باوەڕت بە خۆت بەهێز دەبێت و خەڵکانی تر زیاتر پێت سەرسام دەبن. ئازاری ڕووبەڕووبوونەوەی ڕاستەقینە؛ بەرهەمهێنەری متمانەی زیاترە بە خۆت، بەرهەمهێنەری ڕێز دەبێت بۆت لای ناسراوەکانت، هەروەک چۆن نارەحەتییەکانی برینی بەربەستی ترسەکانت و هەموو ئەوانەی تووشی دڵەڕاوکێت دەکەن؛ ڕێگات پێ دەدات ئازایەتی و بوێریت بنیات بنێیت.

دەتوانم بەردەوام بم لە خستنەڕووی نموونە، بەڵام بیرۆکەکە گەیشت! نەگەیشت؟ هەرچی لە ژیاندا بەهای هەیە، بە زاڵبوون بەسەر ئەو ئەزموونە نەرێنییانەدا بەدەست دێن کە لەگەڵیدایە. هەر

هەوڵدانێکیش بۆ دەربازبوون لە نەرێنییەکان، یان خۆلێبواردنی، یان بێدەنگکردنی، یان سەرکوتکردنی، تەنها کاریگەرییەکی پێچەوانەی دەبێت. خۆدوورخستنەوە لە نارەحەتییەکان، هیچ نییە جگە لە شێوەیەک لە شێوەکانی خودی نارەحەتی. هەروەها خۆپاراستن لە ململانێ، خۆی لە خۆیدا ململانێیە. نکوڵیکردن لە شکستیش، خۆی شکستە. شاردنەوەی ئەوەی شەرمی لێ دەکەین، خۆی شەرمێکە کە دەریدەخەین.

ئازار خۆی تاڵێکە لە تاڵەکانی چنراوی ژیان، دەرکێشانی لەو چنراوە نەک هەر کارێکی مەحاڵە، بەڵکوو خودی چنراوەکە وێران دەکات. هەوڵدان بۆ دەرکێشانی، دەبێتە هۆی هەڵوەشانەوەی هەموو ئەو تاڵانەی تر کە پێوەی بەستراون. هەوڵدان بۆ خۆبەدوورگرتن لە ئازاریش، هیچ نییە جگە لە گرنگیدانێکی زیاد لە پێویست بە ئازارەکە. بەپێچەوانەی ئەمەشەوە، ئەگەر توانیت کەمێک گوێپێنەدان بەرامبەر ئازارەکە دەربڕیت؛ دەبیت بە کەسێک کە هیچ زاڵ نابێت بەسەریدا.

لە ژیانمدا گرنگیی زیاد لە پێویستم بە شتی زۆر داوە، گوێپێنەدانی زۆریشم بەرامبەر هەندێ شت هەبووە لە ژیانمدا، هەروەکوو ئێستا لەگەڵ ئەو ڕێگایانەی پیایدا نەڕۆیشتووین، گوێپێنەدانەکانم گۆڕانکارییان دروست کردووە.

ئەگەری ئەوە هەیە کە تۆ لە ژیانتدا کەسێکت ناسیبێت، ڕووی داوە کە لە کاتێک لە کاتەکاندا گوێی بە شتێک نەداوە، بەڵام هێندەی پێنەچووە سەرکەوتنی سەرسوڕهێنەری بەدەست هێناوە. لەوانەیە لە ژیانتدا کاتێک هەبێت زۆر گوێت بە شتێک لە شتەکان نەدابێت، بەڵام بەتایبەت لەو شتەدا گەیشتبێتە لوتکەیەکی نایاب. بەڵام سەبارەت بەئەزموونی خۆم، کارە ڕۆژانەکەم لە کەرتی داراییدا

واز لێ هێنا و دوای شەش هەفتە کارێکی ترم لە بواری ئینتەرنێت دەست پێ کرد و بەڕاستی سەرکەوتنی باشم تێدا بەدی هێنا، لە کاتێکدا لە چوارچێوەی ئەو کارانەدا بوو کە «زۆر گوێم پێ نەدابوون». ئەم بابەتە بەسەر ئەو بڕیارەشمدا جێبەجێ دەبێت کە گرتمە بەر بۆ فرۆشتنی زۆرینەی کەلوپەلەکانم و گەشتکردنم بۆ ئەمەریکای باشوور بۆ ئەوەی لەوێ ژیان بەرمە سەر. گرنگیم بە چی بدایە؟ هیچ شتێک! تەنها ڕۆیشتم و ئەو کارەم کرد.

ئەم ساتانە لە «گرنگیپێدان»، هەمان ئەو ساتانەن کە ڕەوتی ژیانمان دیاری دەکەن زیاتر لە هەر شتێکی تر. گۆڕانکارییە گەورەکان لە ژیانی پیشەیی کەسەکاندا، هەروەها هەڵبژاردنی کوێرانەی بڕیاری وازهێنان لە قوتابخانە و پەیوەندیکردن بە تیپێکی گۆرانیبێژییەوە، هەروەها بڕیاردان لە خۆرزگارکردن لە هاوڕێیەکی بێزارکەر کە چەندین جار بە جلی ژێرەوە ڕێکت کردوتەوە.

ڕۆنەچوون لە گوێپێدان بە کارێک، ئەوەیە کە مرۆڤ هەنگاو بنێت بەرەو ڕووبەڕووبوونەوەی قورسترین و ترسێنەرترین ئاستەنگەکانی ژیان لەگەڵ ئەوەی دەتوانێت ئەو کارە بکات.

ڕاستە ئەم گوێپێنەدانە لە ڕووکەشدا بە شتێکی سادە دێتە پێش چاو، بەڵام لە ناوەوە سەبەتەیەکی نوێی پڕە لە سوپرایزی شاراوە. هیچ مانایەک نازانم بۆ ئەم ڕستەیەی کۆتایی، بەڵام گوێی پێ نادەم! وا دیارە سەبەتەی سوپرایزەکان زۆر سەرنجڕاکێشە، با بزانین چیی تێدایە!

هەندێکمان ژیانمان بەوپەڕی خەباتکردنەوە بەڕێ دەکەین لە ڕێگەی زیادەڕۆییکردن لە گرنگیپێدان بە زۆربەی شتەکان لە زۆر کاتدا کە شیاوی ئەو گرنگیپێدانەمان نین. گرنگی دەدەین و زۆر بێزار دەبین لە کرێکارێکی ناقۆڵای وێستگەی بەنزین کە باقیی

پارەکەمان بە وردەی کانزایی بچووک دەداتەوە. گرنگی دەدەین و زۆر بێزار دەبین کاتی پرۆگرامێکی تەلەڤزیونی نامێنێت کە ئێمە پێمان خۆش بووە. گرنگیی زیاد لە پێویست دەدەین بەوەی هاوڕێیەکمان لەسەر کار گرنگی نادات بە پرسیارکردن لەوەی لە پشووەکەماندا چیمان کردووە.

لەو کاتانەدا قەرزەکانمان لە ڕێی کارتی متمانەییەوە دەگاتە ئەوپەڕی، تەنانەت سەگەکانیشمان ڕقیان لێمان دەبێت، برا بچووکەکانمان دەبینین کە لە گەرماودا ماددەی هۆشبەر بەکار دێنن، بەلام ئێمە هێشتا هەر بێزارین لەو باقییەی کە بە وردەی کانزایی وەریدەگرینەوە و لابردنی ئەو پرۆگرامە تەلەڤزیۆنییەی دڵخوازمان بووە.

باش سەیر کە! کارەکە بەم شێوەیە دەڕوات. بێگومان ڕۆژێک لە ڕۆژان دەمریت، دەزانم ئەمە شتێکی ڕوونە، بەلام تەنها ویستم بیرت بخەمەوە نەوەک بیرت چووبێت. تۆ و هەموو ئەوەی دەیزانیت، پاش ماوەیەک کە دوور نییە؛ دەمرن. لەو ماوە کورتەی کە بۆت ماوەتەوە لەنێوان ئێرە و ئەوێ، بڕێکی سنووردار نەبێت؛ توانای گرنگیپێدانی زیاترت نەماوە تا بەخەرجی بدەیت. لە ڕاستیدا بڕێکی زۆر سنووردارە. ئەگەر تۆ بێ بیرکردنەوەیەکی هۆشیارانە و بە شێوەیەکی گشتگیر لێرە و لەوێ گرنگیی زیاد لە پێویستت بە هەموو شتێک دا... ئیتر چیت پێ بڵێم؟ باشە، ئەمە واتای ئەوەیە کە تۆ لە هەموو ئاراستەکانەوە شکست دەهێنیت.

شتێک هەیە پێی دەوترێت هونەری گوێپێنەدانی زیرەکانە. ڕاستە لەوانەیە بیرۆکەکە زۆر بێمانا بێت، لەوانەشە من وەک کەسێکی گێل دەربخات، بەلام ئەوەی من ئێستا دەمەوێت باسی بکەم ئەوەیە لە بناغەوە فێری چۆنێتیی جەختکردن لە بیرۆکەکان و

ڕێکخستنیان بەپێی لەپێشینەبوونیان ببە بە شێوەیەکی چالاکانە... چۆنێتیی جیاکردنەوە یان هەڵبژاردنی ئەوەی بەڕاستی گرنگە بۆت و ئەوەی بۆت گرنگ نییە، جیای بکەرەوە بەپێی بەها کەسییەکان کە بەوردی دانراون، ئەمەش کارێکی هێندە قورسە کە جێی باوەڕ نییە، لەوانەیە مرۆڤ پێویستی بە تەمەنێکی درێژ هەبێت تا بتوانێت ڕاهێنانی لەسەر بکات و پێی بگات و بەپێی ئەو بنەمایە ڕێ بکات. لەمەشدا چەندین جار تووشی شکست دەبێت، بەڵام لەوانەیە ئەمە گرنگترین ململانێ بێت کە شیاوی ئەوە بێت مرۆڤ ئەنجامی بدات لە تەواوی ژیانیدا، بگرە لەوانەیە تاکە ململانێ بێت لە ژیانی مرۆڤدا.

ئەمەش لەبەر ئەوەی تۆ؛ کاتێ زیاد لە ژمارەی پێویست گرنگی بە شتەکان دەدەیت، کاتێکیش گرنگی بە هەموو شتێک و هەموو کەسێک دەدەیت، وا هەست دەکەیت ئیتر تۆ مافی خۆتە بە ئاسوودەیی و بەختەوەری بژیت، هەموو شتێکیش پێویستە بەو شێوەیە بێت کە تۆ دەتەوێت، بەڵام ئەمە حاڵەتێکی نەخۆشییە، لە داهاتووشدا بەزیندوویی دەتخوات. لە هەموو کێشمەکێشێکدا؛ ستەمێک دەبینیت بەسەر شانتەوە، لە هەموو ئاڵنگارییەکیشدا؛ شکستێک بۆ خۆت دەبینیت، لە هەموو بێزارکردنێکدا؛ سووکایەتیکردنی کەسی دەبینیت، لە هەر جیاوازییەکدا ناپاکی، بەڵکوو بەند دەبیت لە چوارچێوەی دیواری لاواندنەوەی خۆتدا، لەناو دۆزەخێکدا بە ئەندازەی سەرت کە سووتەمەنییەکەی هیچ نییە جگە لە ڕقلێبوونەوەت لە خۆت و پێت وا نییە شیاوی ئەوە بێت، دۆزەخێک کە بەردەوام ئەو ئەڵقە دۆزەخییە دووبارە و چەندبارە دەکاتەوە کە لە جووڵەیەکی بەردەوامدایە و بە هیچ شوێنێکت ناگەیەنێت.

هونەری گوێپێنەدانی زیرەکانە

کاتێ خەڵکی حاڵەتی گوێپێنەدان و گرنگینەدانی زیادە بە شتێک دەهێننە پێش چاوی خۆیان، هەر چۆن بێت، ئەوان حاڵەتێکی جێهێڵراوی وەستاو لە گرنگینەدان بە هەموو شتێک لای خۆیان وێنا دەکەن... وێنای حاڵەتێکی هێوری دەکەن کە دەکرێت هەموو سۆزەکان خامۆش بکاتەوە، خەیاڵی ئەوە دەکەن و حەزی ئەوەشیان هەیە ببنە کەسانێک کە هیچ شتێک نەیانبەزێنێت، کەسانێک بن کە سەر بۆ هیچ کەسێک دانەنەوێنن.

کەسێک کە لە هیچ شتێکدا هیچ هەستێک یان واتایەک نابینێت، ناوێکی هەیە کە پێی دەڵێن: مرۆڤێکی ناتەواو لە ڕووی عەقڵییەوە. کەواتە بۆ دەتەوێت ببیتە کەسێکی ناتەواو لە ڕووی عەقڵییەوە؟ وەڵامێکم پێ نییە بۆ ئەم پرسیارە!

کەواتە گرنگیپێدانی زۆر، واتای چییە؟ ئەو گرنگیپێنەدانە چییە کە من دەمەوێ بۆتان باس بکەم؟ با تەماشای سێ «بابەتی ورد» بکەین کە لەوانەیە لە ڕوونکردنەوەی ئەم باسەدا یارمەتیمان بدات.

بابەتی وردی یەکەم: گرنگیپێنەدانی زۆر؛ هەرگیز بە واتای پشتگوێخستن نایەت، بەڵکوو ئەوەیە کە بەو شێوەیە گرنگیی پێ بدەیت کە خۆت پێی ئاسوودە دەبیت.

با ڕوون بین، لە پشتگوێخستندا شتێک نییە سەر بکێشێت بۆ متمانە یان سەرسوڕمان، پاشان ئەو کەسانەی شتەکان پشتگوێ دەخەن؛ لاوازن و لە بۆچوونی کەسانی تر لەسەر خۆیان دەترسن، ئەوانە بۆ هیچ بەکەڵک نایەن جگە لە خواردنی چپسی پەتاتە و گەڕان بەناو ئینتەرنێت. لە ڕاستیدا ئەوانەی شتەکان پشتگوێ دەخەن؛ خۆیان هەوڵ دەدەن کە بەو شێوەیە بن، لەبەر ئەوەی گرنگییەکی زۆر دەدەن، زیاد لە ئەندازەی پێویست، بەڵام

گرنگییەکەیان بۆ ئەوەیە کە هەموو خەڵکی چی دەڵێن لە بارەی ژیانەوە، بەڵام پشتگوێخستنیان؛ وایان لێ دەکات گوێ نەدەن بە شوێندنی یان داهێنانی. ئەوان گرنگی دەدەن بە ڕای هەر کەسێک لە بارەی بۆچوونەکانیانەوە، بەم شێوەیە ئەوان لەپشت پەردەیەک لە گاڵتەجاری و بۆڵە و تانەوتەشەری بریندارکەرەوە خۆیان شاردۆتەوە کە لێوانلێوە لە بێمتمانەیی بە خۆیان. ئەو کەسانە ترسیان هەیە لەوەی ڕێگا بە هەر کەسێک بدەن لێیان نزیک ببێتەوە، وەک ئەوەی خۆیان وەک تنۆکی بەفر بێتە پێش چاو کە تایبەت و دەگمەنن و کەس نەتوانێت لە کێشە تایبەتەکانیان تێبگات.

پشتگوێخەرەکان ترسیان لە جیهان هەیە و لە لێکەوتەی بڕیارەکانیان دەترسن، ئەمەش وایان لێ دەکات بێبەش بن لە هەر بژاردەیەکی واتادار، ئەوان لە چاڵێکی لمینی بێبەهەستدان کە خۆیان بۆ خۆیان دروست کردووە، ئەوان لەناو خۆیاندا و لە بەزەییهاتنەوە بە خۆیاندا نغرۆ بوون، بۆیە دەیانبینین هەمیشە خۆیان بەو شتانەوە سەرقاڵ دەکەن کە کات و وزەیەکی زۆریان لێ دەبات: ئەو شتەی ناوی ژیانە.

لەبەر ئەوەی ژیان لەم دۆخەدا ڕاستییەکی خەڵەتێنەر و شاراوەیە، هەرگیز شتێک نییە بە ناوی گرنگینەدان بە شتەکان، پێویستە لەسەرت گرنگی بە شتێک بدەیت، ئەمە بەشێکە لە پێکهاتەی ئەندامیمان کە وامان لێ دەکات گرنگی بە شتێک بدەین، دوای ئەوەش وامان لێ دەکات هەمیشە گرنگیپێدەر بین.

کەواتە پرسیاری ڕاستەقینە ئەوەیە: گرنگی بە چی بدەین؟ خۆمان بە چییەوە سەرقاڵ بکەین؟ چی هەڵبژێرین بۆ ئەوەی گرنگی پێ بدەین؟ لە کۆتاییشدا چۆن بتوانین واز لە گرنگیدان بەوانە بهێنین کە بایەخیان نییە؟

Scanned with CamScanner

ماوەیەک لەمەوبەر یەکێک لە هاورێکانم؛ دایکمی خەڵەتاند و برێکی زۆر پارەی لێ سەند، ئەگەر ئەمەم فەرامۆش بکردایە، من شانم بەرز دەکردەوە و بەردەوام دەبووم لەسەر خواردنەوەی قاوەکەم و تەماشای زنجیرەی درامای دڵخوازی خۆم دەکرد لە ئینتەرنێت، پێشم دەوت: بەداخەوەم بۆ ئەوەی کە ڕووی دا، دایکە! بەڵکوو بەرپرسیارێتییەکەشیم دەخستە ئەستۆی خۆی!

بەڵام تووڕە بووم بەوەی ڕووی دا، بەڵکوو بەوەی ڕووی دا؛ زۆر تووڕە بووم، وتم: «نا! دایکە، ئێمە ئەمە قبوڵ ناکەین، دەچین بۆ لای پارێزەر و شوێنپێی ئەو نالەبارە هەڵدەگرین. بۆچی؟ لەبەر ئەوەی من زیاد لە ئەندازەی خۆی گرنگی بەو بابەتە نادەم. ژیانی ئەو تەڵەکەبازە لەناو دەبەم، ئەگەر خۆم ناچار ببینم بۆ ئەو کارە.»

ئەم نموونەیەی بۆ بابەتی وردی یەکەم دەهێنرێتەوە لە گرنگینەدانی زیاد لە پێویست، کاتێ دەڵێین: «نەفرەت لەوە بێت، ئاگادار بن... ئەو کەسە هیچ شتێکی بەلاوە گرنگ نییە»، ئەوە ئێمە نامانەوێت بڵێین کە ئەو فەرامۆشکار نییە بە هیچ شتێک، تەواو بەپێچەوانەوە، مەبەستمان ئەوەیە ئەو کەسەی باسی دەکەین؛ گوێ بەو نارەحەتی و ڕووبەڕووبوونەوانە نادات کە دێنە سەر ڕێگای گەیشتن بە ئامانجەکانی، هەروەها گوێ نادات بە بێزاربوونی هەندێک کەس ئەگەر هەست بکات ئەوەی ئەنجامی دەدات؛ لەسەر حەقە و گرنگە یان کارێکی چاکە. مەبەستمان ئەوەیە ئەم کەسە یەکێکە لەو کەسانەی کە دەتوانن بە دارشتنی کەسی ئامادەنەبوو (غائب) باس لە خۆیان بکەن و خۆیان بپارێزن لەوەی هەر چاکەیەک بدەنە پاڵ خۆیان، کاتێ گومان دەبەن کە ئەوە ڕێگا ڕاستەکەیە. ئەوە کەسێکە گوێ بە هیچ نادات، بەدیاریکراوی بەو واتایە دێت.

ئەم کارە سەر دەکێشێت بۆ سەرسوڕمانی زۆر. نا، مەبەستم

ئەو کەسە نییە کە پێشتر باسم کرد، بەڵکوو مەبەستم زاڵبوونە بەسەر گرفتەکاندا، هەروەها مەبەستم ئامادەیی مرۆڤە بۆ ئەوەی جیاواز بێت، بەوەی نەخوازراو و دەرکراو بێت لە پێناو بەهاکانی خۆیدا. ئەوەیە ئامادەیی بۆ وەستانەوەی ڕووبەڕوو بە ڕووی شکستدا، هەروەها ئامادەیی بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی ئەو شکستە. من لێرەدا باسی ئەو کەسانە دەکەم کە گوێ بە ناڕەحەتی و شکست یان بە شەرمەزاربوونی خۆیان نادەن یان تەنانەت بە تەڕکردنی جێگای نووستنەکانیان بۆ چەندین جار. ئەو کەسانەی پێکەنینێکیان بەسە و پاشان ئـەوەی خۆیان بڕوایان پێیەتی، دەیکەن. ئەو کارە دەکەن، چونکە دەزانن ئەوە ڕاستە، دەزانن کە ئەوە بۆ ئەوان گرنگیی زیاترە، ئەوان خودی خۆیانن، ئەوان دەڵێن: «ئەوە بەجەهەننەم»، بەڵام ئەمە بۆ هەموو شتێک ناڵێن لە ژیاندا، بەڵکوو بۆ هەموو ئەو شتانەیە کە بێزاریان دەکات، یان بایەخی نییە لە ژیاندا. ئەوان گرنگیپێدانەکانیان دەپارێزن بۆ ئەو شتانەی بەڕاستی گرنگییان هەیە، بۆ هاوڕێکان، بۆ خێزان، بۆ ئامانج، بۆ هەر شتێک کە خۆشیان دەوێت، هەروەها بۆ داوایەکی یاسایی ڕێگر، جارێک یان دوو جار. لەبەر ئەو هۆکارەش، بە هۆکاری ئەوەی گرنگیدانەکانیان تەنها بۆ شتە گەورەکانە، بۆ ئەو شتانەی خۆیان بەیاخدارن، لە بەرامبەردا خەڵکیش گرنگی بەمان دەدەن.

ئەمە ڕاستەقینەیەکی خەڵەتێنەری ترە لە ڕاستەقینەکانی ژیان. ناتوانیت ببیتە کەسێکی گرنگ، کەسێک کە بوون دەگۆڕێت بەلای هەندێ کەسەوە، بەبێ ئـەوەی ببێتە «نوکتە» و سـەرچاوەی شەرمەزارکردنی هەندێ کەسی تر. ناتوانیت ئەوە بکەیت! ئەمە لەبەر ئەوەی شتێک نییە بە ناوی «کەمبووی ناڕەحەتییەکان». ناڕەحەتی، هەمیشە بوونی هەیە. وتەیەکی کۆن هەیە ماناکەی

ئەمەیە کە تۆ ناتوانیت لە خۆت ڕابکەیت، بۆ هەر کوێ بچیت؛ خۆت هەیت، کەواتە کێشە نییە: ئەم کارە بۆ ناڕەحەتییەکان و بۆ شکستیش هەر ڕاستە. دەبینیت بۆ هەر کوێ بڕۆیت، پێنج سەد کیلۆگرام لە خۆڵوخاشاک چاوەڕێتە، ئەمە شتێکی گرنگ نییە هەرگیز، بیرۆکەکە ئەوە نییە کە دوور بکەویتەوە لەو خۆڵوخاشاکە، بیرۆکەکە ئەوەیە چارەسەرێک بدۆزیتەوە کە شیاوی تۆ بێت، کارەکە ڕایی بکەیت و چارەسەرێکی بۆ بدۆزیتەوە.

کاری وردی دووەم: بۆ ئەوەی ناڕەحەتییەکانت بەلاوە گرنگ نەبێت، سەرەتا پێویستە گرنگی بە شتێک بدەیت کە-لەو گرنگیی زیاتر بێت.

بیهێنە پێش چاوی خۆت کە لە یەکێک لە فرۆشگاکان بیت، لەو کاتەدا خانمێکی بەتەمەن ببینیت کە هاوار دەکات بەسەر ژمێریارەکەدا و سەرزەنشتی دەکات لەبەر ئەوەی کۆبۆنێکی کڕینی لێ وەرنەگرتووە کە نرخەکەی سی سەنتە. ئەو خانمە بۆ گرنگی بەوە دەدات؟ ئەوە تەنها سی سەنتە!

هۆکارەکەیتان پێ دەڵێم: لەوانەیە ئەو خانمە شتێکی نەبێت باشتر بێت لەوەی لەماڵەوە دانیشێت تا کاتەکانی پێ بەسەر بەرێت و ئەو کۆبۆنانەی تێدا بڕیوە. ئەو تەنهایە، تەمەنی تێپەڕیوە، منداڵەکانی بێعەقڵن و هەرگیز سەردانی ناکەن. هەروەک ماوەی سی ساڵە کاری سێکسیی ئەنجام نەداوە، لەوانەشە نەتوانێت بجووڵێت بەبێ ئەوەی ئازارێکی توندی بۆ دروست بێت لەخوارووی پشتیدا. مووچەی خانەنشینییەکەی زۆر کەمە. لەوانەشە کاتێ دەمرێت، خلەفا بێت و جێگاکەی تەڕ بکات. لەبەر ئەوەیە لە هەر شوێنێک ئەو کۆبۆنانە ببینێت، دەیانبڕێت. ئەوە هەموو ئەوەیە کە هەیەتی، ئەو تەنهایە لەگەڵ ئەو کۆبۆنانە، ئەوە هەموو ئەو شتانەیە کە

دەتوانێت گرنگیی پێ بدات، چونکە شتێکی تر نییە گرنگیپێدانی ئەو داگیر بکات. بەو شێوەیە، کاتێ کارمەندی ژمێریاری تەمەن حەڤدە ساڵ ڕەتی دەکاتەوە بە ڕووخسارە خاڵخاڵاوییەکەیەوە کۆبوونەکەی لێ وەربگرێت، هەروەها کاتێ دەیەوێت پارێزگاری لە خاوێنیی دەغیلەی پارەکەی بکات هەروەک چۆن سوارچاکەکان پارێزگاری لە ناموسی کچان دەکەن؛ ئەوە بێگومان ئەو خانمە پیرە بە ڕوویدا دەتەقێتەوە. ئەوەی لەلای کۆ بۆتەوە لە بێهیوایی ماوەی فەرامۆشکرانی، دەیبارێنێت بە سەریدا و گوزارشتی ئاگرینی هاوشێوەی «لە تافی لاویمدا» و «خەڵکی ڕێزی زیاتریان دەردەبڕی» وەک گەردەلوول هەڵدەکات بە سەریدا.

کێشە لای ئەو کەسانەیە کە گوێ بە شتی زۆر دەدەن زیاد لە ئەندازە، ئەوەیە هیچ شتێکیان لەلا نییە کە زۆرترین بەها و گرنگیی هەبێت تا گرنگیی پێ بدەن.

ئەگەر خۆت بینییەوە کە لەسەر شێوازێک زۆر دووبارە دەبێتەوە؛ گرنگیی زیاتر لە پێویست دەبەخشیتە شتە لاوەکییەکان و ئەمەش هەراسانت دەکات (وێنەیەکی هاوڕێ تازەکەت لەناو فەیسبوک، کەموزەیی پیلی کۆنترۆڵی تەلەڤزیۆنەکەتان، لەدەستدانی هەلی کڕینی دوو قوتوو پاککەرەوەی دەست بە پارەی یەک دانە)؛ ئەوا ئەگەری زۆرە کە لەوانەیە تۆ ژیانێکی هەژارانە بەرێتە سەر کە شتێکی ئەوتۆی تێدا نییە بیکەیتە جێگای گرنگیپێدانی ڕاستەقینەت. ئەمەیە کێشە ڕاستەقینەکەی تۆ. کێشە ڕاستەقینەکەت لە وێنەکەدا نییە، لە پاککەرەوەی دەستەکەشدا نییە، لە پیلەکانی کۆنترۆڵەکەشدا نییە.

گوێم لێ بوو یەکێک لە هونەرمەندان جارێک دەیوت ئەگەر کەسێک کێشەی نەبێت، ئەوا عەقڵی ڕاستەوخۆ دەست دەکات بە

گەڕان بۆ ئەوەی دروستی بکات، پێم وایە کە زۆرینەی خەڵک (خوێندەوارەکان بەتایبەت... ئەوانەی نازدارن لە منداڵی چینی ناوەڕاستی سپیپێست) پێیان وایە «کێشەکانی ژیان» لە ڕاستیدا هیچ نین جگە لە کاریگەریی لاوەکیی نەبوونی شتانێک کە زیاتر جێگای گرنگیپێدان بن و ئەگەری هەبێت مرۆڤ دڵەڕاوکێی هەبێت بەرامبەریان.

لەمەوە ئەوەمان بۆ دەردەکەوێت لەوانەیە بەدەستهێنانت بۆ شتێکی گرنگ کە مانایەکی ڕاستەقینەی هەبێت لە ژیانتدا؛ باشترین ڕێگا بێت بۆ بەکارهێنانی کات و وزەت، ئەمەش لەبەر ئەوەی ئەگەر تۆ ئەو شتەت نەدۆزییەوە کە بەڕاستی مانای هەیە؛ ئەوا گرنگیپێدانت دەڕوات بۆ شتانێک کە بێمانان و مەسەلەی بێنرخن.

کاری وردی سێهەم: ئەگەر بیزانیت یان نەیزانیت، تۆ هەمیشە ئەوە هەڵدەبژێریت کە گرنگیپێدانی خۆتی پێ دەبەخشیت.

مرۆڤەکان لەدایک نابن بەو شێوەیەی گرنگی بە شتێک نەدەن، لە ڕاستیدا ئێمە بە جۆرێک دروست کراوین کە وامان لێ دەکات گرنگیی زیاد لە پێویست بە شتێک بدەین. ئایا ڕۆژێک لە ڕۆژان نەتدیوە کە منداڵێک زۆر بەکوڵ دەگری، لەبەر ئەوەی ڕەنگی شینی کڵاوەکەی ڕێک ئەو جۆرە شینە نییە کە ئەو دەیەوێت؟ ئایا بەڕاستی لەوە بێعەقڵانەتر هەیە؟

کاتێ تەمەنمان بچووکە، هەموو شتێکی تازە؛ ورووژێنەرە و شتە گەورەکانیش تا ئەوپەڕی سنوور گرنگیی زیاتریان پێ دەدرێت. لێرەوە ئێمە گرنگیی زۆر بە شتی یەکجار زۆر دەدەین، گرنگی بە هەموو شتێک دەدەین، بە هەموو کەسێک... گرنگی بەوە دەدەین کە خەڵکی چیمان لە بارەوە دەڵێن، بەوەش کە ئەو کوڕە سەرنجڕاکێشە یان ئەو کچە سەرنجڕاکێشە پەیوەندیی

تەلەفۆنیی پێمانەوە کردووە یان نەیکردووە، هەروەک بەوەش کە ئایا گۆرەوییەکانمان لەگەڵ جلوبەرگەکانمان گونجاوە یان گونجاو نییە، گرنگی زۆر دەدەین بە ڕەنگی میزەڵانەکان لە ڕۆژی ساڵیادی لەدایکبوونەکانماندا.

لەگەڵ زیادبوونی تەمەنمان و سوودوەرگرتن لە کەڵەکەبوونی ئەزموونەکانمان (تێڕوانینمان بۆ ئەوەی کاتێکی زۆرمان لەدەست دەرچووە)، دەست دەکەین بە تێبینیکردنی ئەوەی بەشە گەورەکەی ئەو بابەتانە؛ کاریگەرییەکی ڕاستەقینەی بەردەوامیان لەسەر ژیانمان نییە. ئێستا ئیتر ئەو کەسانەی پێشتر گرنگیی زۆرمان دەدا بە بۆچوونەکانیان، لە ژیانماندا نەماون. هەروەک بۆمان ڕوون دەبێتەوە کە ئەو حاڵەتانەی ڕەتکردنەوە کە ڕووبەڕوومان بوونەتەوە و کاتی خۆی زۆر ئازاریان پێ گەیاندووین، سەریان کێشاوە بۆ ئەنجامی باش. بۆشمان دەردەکەوێت کە وریایی خەڵک چەند کەمە بەرامبەر وردەکارییەکانی ڕووکەشی دەرەوەمان و بەرەو ئەوە دەچین کە خۆمان سەرقاڵ نەکەین بە خۆیان و بۆچوونەکانیان.

لە بنەڕەتەوە کەمترین شت هەڵدەبژێرین تا گرنگیی خۆمانی پێ ببەخشین، ئەمەیە کە ئێمە ناوی دەبەین بە «پێگەیشتوویی»، کە مرۆڤ فێر دەکات گرنگی نەدات بە شتێک، مەگەر شیاوی ئەو گرنگیپێدانە بێت و وەک بانک مۆرلاند لە زنجیرە درامای (the wire) بە هاوبەشە لێکۆڵەرەکەی دەڵێت (هێشتاش بەردەوام لە ئینتەرنێت تەماشای ئەو درامایە دەکەم): «ئەمەت بەسەر دێت کاتێ کە گرنگی بە شتێک دەدەیت کە کاری تۆ نییە گرنگیی پێ بدەیت.»

پاشان شتێکی تر لەگەڵ زیاتر چوونە تەمەنمانەوە و گەیشتن بە ناوەندی تەمەن دەست دەکات بە گۆڕان: ئاستی وزەمان

دادەبەزێت، کەسایەتیمان دادەمەزرێت، دەزانین ئێمە کێین، خۆمان قبوڵ دەکەین، لە ناویشیاندا ئەو بەش و ڕەگەزانەی لە ڕاستیدا پێیان دڵخۆش نین.

بە شێوازێکی نامۆ، ئەمە بۆ ئێمە جۆرێکە لە سەربەستبوون، پێویستمان بەوە نییە سەرلەنوێ گرنگی بە هەموو شتەکان بدەین. ژیان ژیانە، تەنها ئەوەندە، ئێمەش بە شیرینی و تاڵیەکانییەوە قبوڵمانە. هەندێک لە ئێمە پێی وایە چارەسەری شێرپەنجەی بۆ نادۆزرێتەوە، یان ناتوانێت گەشت بکات بۆ سەر مانگ؛ ئەمەش کارێکی باشە. ژیان دەڕوات، ئێمەش دەڕۆین بەرەو ئەوەی زیاتر قبوڵی توانا دژیەکەکانمان بکەین لەسەر گرنگیدان بە شتەکان و بەدەستهێنانیان لە پێناو ئەو لایەنانەی ژیانمان کە بەڕاستی شیاوی گرنگیپێدانن: خێزانەکانمان، هاوڕێ نزیکەکانمان، هاوبەشەکانمان لە چالاکییە خۆشەکانماندا. ئەوەی سەرنجڕاکێشە لێرەدا، ئەوەیە کە ئەوەندە بەسە! ئەم سادەکردنەوەیەی کاروبارەکان بەڕاستی بەختەوەرمان دەکات، بەختەوەر دەبین بە شێوەیەکی بەردەوام. کاتێ بیر دەکەینەوە لەوەی بۆکۆڤسکی، ئەو شێتە ئالوودە بە کحوله، تا ڕادەیەک لەسەر حەق بووە کە وتوویەتی: هەوڵ مەدە!

کەواتە لە بنەڕەتدا مەبەست لەم کتێبە چییە؟

ئەم کتێبە ئامانجی ئەوەیە وات لێ بکات کەمێک بیر لە ڕوونیی لەو شتانە بکەیتەوە کە هەڵیاندەبژێریت بەوەی گرنگن لە ژیاندا و ئەو شتانەی هەڵیاندەبژێریت بەوەی جێگای بایەخ نین.

گومانم وایە لەمڕۆدا ئێمە ڕووبەڕووی پەتایەکی دەروونی بووینەتەوە کە کورتەکەی ئەوەیە خەڵکی چیتر لەوە تێناگەن کە

هەندێ جار کاروبارەکان خراپ بن؛ نابێتە کێشە، دەزانم لەوانەیە ئەمە داڕووخـان بێت لە ڕووی زیهنییەوە، بـەڵام ئەمە تەنها لە ڕووکەشدایە، من بۆتان دووپات دەکەمەوە کە ئەمە مەسەلەی ژیان و مردنە.

ئەمـەش لـەبـەر ئـەوەی کاتێک ئێمە دەبینین قبوڵکراو نییە کاروبارێکمان هەندێک جار خراپ ببێت؛ ئەوا ئێمە بە شێوەیەکی بێئاگایانە دەست دەکەین بە سەرزەنشتکردنی خۆمان، هەست دەکەین کە هەڵەیەک لە خۆماندا هەیە بە شێوەیەکی قووڵ، ئەمەش پاڵمان پێوە دەنێت بۆ جۆرەها زیادەڕەوی لە قەرەبووکردنەوەی ئەو هەڵەیەی وێنامان کردووە بۆ خۆمان...

قـەرەبـووکـردنـەوەیـەک لە وێنەی کڕینی چل جـووت پێڵاو، یان زیادەڕەویکردن لە خواردنی دەرمانی پاراستنی مەعیدە لەو کاتانەی شەوانی سێشەممە مەی دەخۆینەوە، یان تەقەکردن بەناو پاسێکی قوتابخانەدا بە هەموو منداڵەکانی ناویەوە.

ئەو باوەڕەی کە نابێ هەرگیز مرۆڤ ناتەواویی هەبێت؛ هەندێ جار سەرچاوەیە بۆ گەشەکردنی «ئەڵقەی جەهەننەمی کە خۆی دووبارە دەکاتەوە»، ئەو ئەڵقەیەی کە زاڵ بووە بەسەر کلتوورماندا.

بیرۆکەی زیادەڕەوینەکردن لە گرنگیدان بە زۆربەی شتەکان، هیچ نییە جگە لە ڕێگایەکی سادە بۆ دووبارەکردنەوەی هیوا و پێشبینییەکانمان لە ژیاندا و دیاریکردنی ئەو شتانەی گرنگن و ئەوانەش کە گرنگ نین.

گەشەپێدانی ئەو توانایە لە خۆماندا، پێشڕەویمان دەکات بۆ شتێک کە حەز دەکەم وای دابنێم کە جۆرێکە لە «درەوشانەوە» یان با ناوی بنێین «ڕووناککردنەوەی کرداری».

نا! ئەوە حەوانەوەی ئەفسووناویی هەتاهەتایی نییە، کۆتاییهاتنی

هەموو جۆرەکانی نارەحەتی نییە، لەو جۆرە خەیاڵاوییە پڕوپووچانە نییە لە «درەوشانەوە»، بەڵکوو تەواو بەپێچەوانەوە: من ڕووناککردنەوەی کرداری بە جۆرێک لە هەستکردن بە حەوانەوە دادەنێم بە ڕووی ئەو بیرۆکەیەی کە هەمیشە بەشێک لە نارەحەتی هەیە کە ناتوانین خۆمانی لێ لا بدەین، ژیانیش پێک هاتووە (بە چاوپۆشین لەوەی کە دەتوانین چی بکەین) لە شکست و دۆڕان و پەشیمانی، هەروەها لە مردن. کاتێ واز دێنیت لە بێزاربوون لەو نارەحەتییانەی ژیان فرێت دەداتە ناوی (بەردەوام فرێت دەداتە ناوی، باوەڕم پێ بکە)، ئەوا تۆ دەبیتە کەسێکی ڕێگر لە بەردەمیدا بێ ئەوەی کۆششێکی زۆریش بکەیت. لە کۆتاییشدا تاکە ڕێگەی زاڵبوون بەسەر ئازارەکاندا ئەوەیە کە پێش هەموو شتێک فێر ببیت چۆن بەرگەی ئەو ئازارە بگریت.

گرنگیی ئەم کتێبە هەرگیز بۆ ئەوە نییە لە ئازار یان کێشەکانت ڕزگارت بکات، ئەوەیە وا دەکات تێبگەیت کە لەگەڵتدا ڕاستگۆیە. ئەم کتێبە ڕێنموونییەک نییە بۆ ئەوەی هەنگاوەکانت بەرەو مەزنبوون بەرێت، ناشکرێت بەو شێوەیە بێت، ئەمەش لەبەر ئەوەی مەزنی هیچ نییە جگە لە خەیاڵێک لە مێشکماندا، هیچ نییە جگە لە ئاڕاستەیەکی دروستکراو کە خۆمان هان دەدەین بە ئاڕاستەی ئەو بڕۆین... ئەمە بەهەشتی دەروونیی ئەفسووناویی... درۆزنە!

لە بەرامبەردا ئەم کتێبە دەیەوێت ئازارەکەت بکات بە ئامێرێک بە دەستتەوە، نارەحەتییەکانت بگۆڕێت بۆ وزە، کەمێک کێشەکانت چارەسەر بکات، ئەمە پێشکەوتنێکی ڕاستەقینەیە. وای دابنێ ئەم کتێبە بەرچاوڕوونییەکە بۆ ئەو شتانەی پەیوەستن بە نارەحەتییەکان و چۆنییەتی مامەڵەکردن لەگەڵیان بە شێوەیەکی باشتر و واتادارتر لە ڕابردوو، لەگەڵ کەمێک هەستکردن بە ئەوانی

تر و کەمێک لە خۆبەکەمزانین. ئەمە کتێبێکە لە بارەی «چۆن سەرەڕای قورسیی بارەکەت، جووڵەت هێواش بێت» و «چۆن بە ساناییەکی گەورەترەوە مامەڵە لەگەڵ گەورەترین ترسەکانت دەکەیت» و «چۆن لە کاتی ڕشتنیدا، بە فرمێسکەکانت پێدەکەنیت».

ئەم کتێبە فێرت ناکات کە چۆن پارە پەیدا دەکەیت یان چۆن شتێک لە شتەکان بەدەست دەهێنیت، بەڵکوو فێرت دەکات کە چۆن شتێک لەدەست بدەیت بەبێ ئەوەی ئەو لەدەستدانە بۆت ببێتە سەرچاوەیەکی گەورەی دڵەڕاوکێ، هەروەها فێرت دەکات کە سەیری ئەوەی لە ژیانتدایە بکەیت و سووکی و بێنرخی و تووڕەییەکانی لێ هەڵبکێشیت و تەنها پارێزگاری لە شتە گرنگەکانی بکەیت، فێرت دەکات کە چۆن چاوەکانت بنوقێنیت و متمانەت هەبێت بەوەی لەوانەیە بکەویت بە پشتدا و لەگەڵ ئەوەشدا هیچت بەسەر نەیەت، فێرت دەکات چۆن بگەیتە ئەوەی گرنگی بە شتی کەمتر بدەیت، هەروەها فێرت دەکات کە «هەوڵ نەدەیت».

بەندی دووەم
بەختەوەری کێشەیە

لە نزیکەی دوو هەزار و پێنج سەد ساڵ بەر لە ئێستا، لە بنارەکانی شاخی هیمالایا لەو ناوچەیەی کە ئێستا پێی دەڵێن نیپاڵ، پاشایەک کە خاوەنی کۆشکێک بوو، لە سەروبەندی بوونی بە خاوەنی منداڵدا، بیرۆکەیەکی مەزنی بۆ دێت لە بارەی منداڵەکەوە: هەوڵ دەدات ژیانی تێر و تەواو و بێ کەموکوڕی بکات، ئەو منداڵە بۆ ساتێک نەزانێت نارەحەتی چییە، بڕیاریشی دا هەموو پێداویستی و داواکارییەکانی جێبەجێ بکات لە هەر کاتێکدا بێت.

ئەو پاشایە بەدەوری کۆشکەکەیدا بەربەستی زۆر بەرزی جێگیر کرد، بۆ ئەوەی ڕێگا لە ئاڵوگۆڕی هەر زانیارییەک لەنێوان شازادەی نوێ و جیهانی دەرەوەی کۆشکەکەدا بگرێت. زیادەڕەویی زۆری کرد لە نازکێشانی منداڵەکەیدا و دیاری و خۆشترین خواردنەکانی بەسەریدا دەباراند و چواردەوری بە خزمەتکار گرت کە ئامادە بوون بۆ جێبەجێکردنی هەر داواکارییەک لە داواکارییەکانی. منداڵەکە گەورە بوو بەبێ ئاگایی لە هەر توندی و زبرییەک کە لە ژیانی ڕاستەقینەی مرۆڤدا هەیە، ڕێک بەو شێوەیەی کە باوکە

پادشاکەی نەخشەی بۆ کێشابوو.

ژیانی منداڵیی شازادە هەمووی بەو شێوازە تێپەڕی، بەڵام سەرەڕای هەموو ئەو خۆشگوزەرانی و دەوڵەمەندییە بێسنوورەی گوزەراندی؛ گەنجێکی بێزار و ڕەشبینی لێ دەرچوو، وای لێ هات هەست بکات هەر ئەزموونێک کە پیایدا تێپەڕ دەبێت؛ بەتاڵە لە هەر بەهایەک. کێشە ئەوە بوو کە هەر شتێک باوکی پێشکەشی بکردایە، لە تێڕوانینی ئەودا بەتەواوی بێمانا بوو و بەشی پێویست نەبوو.

شەوێک لە شەوەکان شازادە بە دیواری پەرژینەکەدا هەڵگەڕا و چووە دەرەوەی کۆشک، تا بزانێت لە دەرەوەی بەربەستەکە چ باسە. یەکێک لە خزمەتکارەکان بردی بۆ گوندێک، بەڵام لەو دیمەنانەی لەو گوندە کە بینیی؛ تۆقی.

شازادە بۆ یەکەمین جار لە ژیانیدا ئەو ناڕەحەتییانەی مرۆڤی بینی؛ کەسانێکی بینی نەخۆش بوون، کەسانێکی بینی پەککەوتە بوون، کەسانێکی بینی دەربەدەر بوون، کەسانێکیش کە لە شوێنی خۆیان دەردەکران، بەڵکوو کەسانێکیشی دەبینی کە دەمردن.

شازادە گەڕایەوە بۆ کۆشکەکەی و خۆی لە کێشەیەکی بونیادیدا بینییەوە، نەیدەزانی چۆن مامەڵە بکات لەگەڵ ئەوەی بینیبووی و هەستوسۆزی بەرامبەر هەموو شتەکان هەڵڕژا و کەوتە سکاڵا و دەربڕینی تووڕەیی. هەروەک لەلای گەنجەکان باوە، کارەکە بەوە گەیشت کە شازادە کەوتە سەرزەنشتکردنی باوکی لەبەرامبەر هەموو ئەو کارانەی لە پێناویدا کربووی، شازادە گەیشتە ئەو بڕوایەی کە دەوڵەمەندی بووەتە هۆی ئەوەی هێندە بەدحاڵ بێت و تا ئەو ئاستەی وا دەردەکەوێت ژیانی هیچ مانایەکی نییە. شازادە بڕیاری دا لە کۆشکەکە هەڵبێت.

بەڵام شازادەی گەنج زیاتر لەوەی پێشبینیی دەکرد؛ لە باوکی

Scanned with CamScanner

دەچوو، ئەویش خاوەنی بیرۆکەی مەزن بوو. بەوە وازی نەهێنا کە لە کۆشکەکە رابکات، بەڵکوو ویستی دەستبەرداری بارودۆخی پاشایەتی و خێزانەکەی و هەموو موڵکەکانی ببێت و لەسەر شەقامەکان ژیان بەرێتە سەر و هەروەک ئاژەڵەکان لەسەر زەویی خۆڵاوی بخەوێت، لێرەدا خۆی برسی دەکات، سزای خۆی دەدات، داوای پاشماوەی خواردن لە نەناسراوان دەکات تا ماوە لە ژیاندا.

شەوی دواتر شازادە بەنهێنی لە کۆشکەکە چووە دەرەوە، بۆ جاری دووەم چووە دەرەوەی کۆشک و بریاری دا هەرگیز نەگەڕێتەوە. ساڵانێکی دوورودرێژ بەدەربەدەری ژیا، بووە پاشماوەیەکی لەبیرکراوی نەخوازراو لەناو کۆمەڵگا هاوشێوەی پیسایی سەگ لە پلەکانی خوارەوەی کۆمەڵگا. نارەحەتییەکانی شازادە گەورە بوون، رێک وەک ئەوەی نەخشەی بۆ کێشرابوو، بەدەست برسێتی و نەخۆشی و تەنیایی و لاوازییەوە ناڵاندی، بگرە رووبەرووی خودی مردنیش بووەوە، زۆر جار خواردنی رۆژێکی؛ تەنها بریتی بووە لە خواردنی گوێزێک.

چەند ساڵێک نەخۆش کەوت، پاشان چەند ساڵێکی دیکەش، هیچ شتێک رووی نەدا، شازادە تێبینیی ئەوەی کرد کە ئەم ژیانە پڕ دەردەسەرییە؛ هەموو ژیان نییە. نارەحەتییەکانی؛ ئەو بەرچاوروونییەی پێ نەدا کە ئارەزووی کردبوو، هیچ نهێنییەک لە نهێنییەکانی جیهانی قووڵیشی بۆ نەخستە روو لەگەڵ هیچ یەکێک لە ئامانجە کۆتاییەکانی.

ڕاستیی مەسەلەکە ئەوەیە کە ئێستا شازادە هەموو ئەوە دەزانێت کە ئێمە دەیزانین، تا ئاستێک: ئێستا دەزانێت کە نارەحەتی شتێکی زۆر خراپە، بەڵام مەرج نییە بابەتێکی ناوەرۆکدار بێت. کاتێ مرۆڤ دەوڵەمەند بێت، هیچ نارەحەتییەکی دارایی بێ

مەبەست تووش نابێت بەرەهایی. هێندەی نەبرد شازادە گەیشتە ئەو بڕوایەی کە بیرۆکە مەزنەکەی، هاوشێوەی بیرۆکەکەی باوکی لە پێشتردا، بیرۆکەیەک بووە کە لە ڕاستیدا لەوپەڕی خراپیدا بووە، تێگەیشت کە پێویستە لەسەری بڕوات و کارێکی دیکە بکات بەدەر لەو کارەی تا ئەو کاتە کردوویەتی.

شازادە بەتەواوی مێشکی جەنجاڵ بووبوو، دەروونی خۆی پاک کردەوە، پاشان کەوتە ڕێ تا درەختێکی گەورەی بینی لەکەناری ڕووبارێک، بڕیاری دا لەبن ئەو درەختەدا دابنیشێت و هەڵنەستێت تا بیرۆکەیەکی مەزنی دیکەی بۆ دێت.

چیرۆکە ئەفسانەییەکە دەڵێت شازادە بۆ ماوەی چل و هەشت ڕۆژ لەبن درەختەکەدا دانیشت. ئێستا گفتوگۆی ئەوە ناکەین کە مرۆڤ چۆن دەتوانێت بۆ ماوەی چل و هەشت ڕۆژ لە یەک شوێندا دابنیشێت، بەڵام بەوە کۆتایی پێ دەهێنین کە شازادە لەدوای ئەو ماوەیە گەیشتە زۆر سەرەنجامی قووڵ.

لە نێویاندا چەند شتێک هەبوون، لەوانە: ژیان هەر خۆی جۆرێکە لە جۆرەکانی ناڕەحەتی. دەوڵەمەندەکان بە هۆی سامانەکەیانەوە دەناڵێنن، هەژارەکانیش بەدەست هەژارییەکەیانەوە، ئەوانەی خێزانیان نییە؛ بە هۆی نەبوونی خێزانەوە دەناڵێنن، ئەوانەش کە خێزانیان هەیە؛ بە هۆی بوونی خێزانەوە دەناڵێنن، ئەوانەی بەدوای چێژ و خۆشییەکانەوەن؛ دەناڵێنن بە هۆی ئەوەی بەدوای چێژ و خۆشییەکانەوەن، ئەوانەش کە وازیان لە چێژ و خۆشییەکانی دنیا هێناوە؛ دەناڵێنن بە هۆی ئەوەی وازیان لە چێژ و خۆشییەکان هێناوە.

ئەمە واتای ئەوە نییە کە هەموو جۆرەکانی ناڕەحەتی وەکوو یەکن، بەدڵنیاییەوە ناڕەحەتی هەیە کە ئازاری زۆر زیاترە لەوانی

Scanned with CamScanner

تر، بەلام سەرەڕای ئەوەش هەمووومان بەشی خۆمان ناڕەحەتیمان بەردەکەوێت.

سالان تێپەڕین و شازادە فەلسەفەیەکی تایبەت بە خۆی بنیات نا و پێشکەشی جیهانی کرد، بیرۆکەی سەرەکی لەو فەلسەفەیەدا ئەوەیە ئازار و دۆڕان دوو شتن کە هەرگیز ناتوانین لەبەریان هەڵبێین، ئێمە پێویستە واز بهێنین لە بەرەنگاربوونەوەیان. ئەم شازادەیە دواتر بە بووزا دەناسرێت، ئەگەر پێشتریش ناوی بووزات نەبیستووە؛ ئەوا بزانە کە ئەو کەسایەتییەکی زۆر گرنگە.

گریمانەیەکی شاردراوە هەیە لەپشت زۆر لەوانەی گومان دەبەین و باوەڕمان پێیەتی، گریمانەی یەکەم ئەوەیە کە بەختەوەری جۆرێکە لە «پرۆسەیەکی لۆژیکی» و دەکرێت مرۆڤ کار بکات لە پێناویدا و بەدەستی بهێنێت، وەک چۆن دەتوانێت وەرگیران لە کۆلێژی یاسا بەدەست دێنێت یان کارگەیەکی ئاڵۆز دروست دەکات. ئەگەر سەرکەوتوو بووم لە گەیشتن بە (س)، ئەوا دەتوانم بەختەوەر بیم. ئەگەر شێوەم وەکوو شێوەی (ع)ی لێ هات، ئەوە دەتوانم ببمە کەسێکی بەختەوەر. هەروەها ئەگەر توانیم لەگەڵ کەسێکی وەکوو (ج) بم، ئەوا لە داهاتوودا بەختەوەر دەبم.

بەلام ئەم گومانە ڕێک ناوەڕۆکی کێشەکەیە، بەختەوەری هاوکێشەیەکی بیرکاری نییە تا شیکاری بکەین. دوودڵی و ڕازیبوون؛ دوو بەشی بنەڕەتین لە سروشتی مرۆڤایەتی، ئەو دووانە دوو پێکهاتەی پێویستن بۆ بەدیهێنانی بەختەوەرییەکی سەقامگیر، ئەمەیە کە لە داهاتوودا دەیبینین. بووزا بەڵگەکەی لە ڕوانگەی ئایینی و فەلسەفییەوە لەسەر ئەم بابەتە بنیات نا، منیش لەم بەندەدا بەڵگەکەم لەسەر هەمان شت بنیات دەنێم، بەلام من لە ڕوانگەیەکی بایۆلۆژییەوە بنیاتی دەنێم بە پشتبەستن بە ورچی پاندا.

بەدبەختی (پاندای بێهیوایی)

ئەگەر بمتوانیایە پاڵەوانێکی زۆر بەهێز دروست بکەم، ئەوا پاڵەوانێکم دروست دەکرد و ناوم دەنا (پاندای بێهیوایی)، کارێکم دەکرد کە ئەم پاڵەوانە بەهێزە دەمامکێکی سەیر لەچاو بکات و کراسێکی لەبەردا بێت کە بەگەورەیی پیتی (خ)ی لێ نووسرابێت، بە جۆرێک کە ئەو کراسە لەو ورگە گەورەیەیدا زۆر تەسک بێت، خاڵی بەهێزی شاراوەی لەوەدا بێت کە توانای وتنی ڕاستییە وەحشەتناکە بێزارکەرەکانی هەبێت بە خەڵک لە بارەی خۆیانەوە، ئەو ڕاستییانەی کە پێویستە ببیستن، بەڵام نایانەوێت قبوڵی بکەن.

پاڵەوانەکەم لەم دەرگایەوە دەچێت بۆ ئەو دەرگا؛ هاوشێوەی فرۆشیارە گەڕۆکەکان، لە دەرگاکان دەدات و شتانێک بە خەڵکی دەڵێت هاوشێوەی: «بەڵێ، کۆکردنەوەی پارەی زۆر وا دەکات دڵت بە خۆت خۆش بێت، بەڵام وا ناکات کە منداڵەکانت خۆشیان بوێت»، یان «ئەگەر بە پێویستت زانی پرسیار لە خۆت بکەیت ئایا متمانەت بە هاوسەرەکەت هەیە، ئەوا ئەگەری زۆرە کە متمانەت پێی نەبێت»، یان «ئەوەی ناوت لێ ناوە هاوڕێیەتی، لە ڕاستیدا هەوڵە بەردەوامەکانتە بۆ کارکردنە سەر خەڵکی». لەپاش ئەوەش ئاواتی ڕۆژێکی خۆش بۆ هەموو خاوەن ماڵەکان دەخوازێت، دواتر دەچێت بۆ ماڵەکەی تەنیشتی.

ئەوە شتێکی سەرنجڕاکێش دەبێت، هەروەها بێزارکەر دەبێت، خەمباریش دەبێت، تێڕوانینی مرۆڤەکان ئاوەڵا دەکات، هەروەها دەبێتە پێویستی، بەگشتی ڕاستییە زۆر گەورەکان لە ژیاندا زیاتر بێزارمان دەکات کاتێک دەیانبیستین.

Scanned with CamScanner

ئەو پاندایە دەبێتە پاڵەوانێک کە کەس لە ئێمە نایەوێت، بەڵام هەموومان پێویستمان پێیەتی، هەروەها دەبێتە سەوزەواتی نموونەیی بۆ خواردنە عەقڵییەکانمان کە لە سەوزەواتیان کەمە، ژیانمان باشتر دەکات، سەرەڕای ئەوەی وامان لێ دەکات هەست بە خراپی بکەین، لە ڕێگەی «داڕووخانمان»ەوە بەهێزترمان دەکات، داهاتوومان ڕۆشن دەکاتەوە لە ڕێگەی بەخشینی بینایی پێمان لە تاریکیدا. گوێڕایەڵی بۆی، لە تەماشاکردنی فیلمێک دەچێت کە لە کۆتاییدا پاڵەوانەکەی دەمرێت: ئەمە وا دەکات زیاتر خۆشت بوێت، سەرەڕای ئەوەی زۆریش خەفەتت پێ دەدات، ئەمەش بە هۆی ئەوەیە کە تۆ وا هەست دەکەیت ئەو ڕاستەقینەیە.

بەو شێوەیەی گەیشتینە ئێرە، ڕێگام بدەن با دەمامکێکی پاندا لەچاو بکەم و ڕاستییەکی بێزارکەری ترتان پێ بڵێم.

من نارەحەتم، تەنها لەبەر هۆکارێکی سادە، ئەویش ئەوەیە لە ڕووی بایۆلۆژییەوە نارەحەتی؛ شتێکی بەسوودە، ناوەندێکی باشی سروشتییە لە پێناو هاندانی گۆڕانکاری. ڕەگەزمان وا پەروەردە بووە کە هەمیشە لەگەڵ بەشێک لە نارازیبوون و نەبوونی سەقامگیریدا بژین، لەبەر ئەوەی بوونەوەری نائارامی نارازی دەبێت بڕێکی زیاتر لە کار و هەوڵدان بەخەرج بدات لە پێناو نوێبوونەوە و مانەوەدا. ئێمە بەو شێوەیە تێکەڵ کراوین، تێکەڵ کراوین بە شێوەیەک کە هەر چی بەدەست بێنین؛ هەر نارازی بین، هەروەها بە شێوەیەک نەتوانینمان لە دواتردا بۆ بەدەستهێنانی ئەم شت و ئەو شت ڕازیمان ناکات. ئەم نائامادەگییە بەردەوامەی ڕازیبوونە کە وای کردووە ڕەگەزەکەمان بەرەنگاری بکات و سەرکەوتوو بێت لە مانەوە و بنیاتنان و دەستبەسەرداگرتنی هەموو زەوی. ئەمە واتە ئازار و نارەحەتییەکانمان ناتەواوی و

Scanned with CamScanner

عەیبە نین لە چوارچێوەی گەشەسەندنی بنیادەمەکان، بەڵکوو یەکێکن لە تایبەتمەندییە بنەڕەتییەکانی.

ئازار بە هەموو شێوەکانیەوە، کاریگەرترین ئامرازە بەدەست جەستەمانەوە بۆ هاندانی بەرەو کردار. با شتێکی زۆر سادە بە نموونە وەربگرین، بیهێنە پێش چاوی خۆت کە شتێک چووە بە پەنجەی قاچتدا، تۆش وشەی هەڵە و خراپ دێت بە دەمتدا. زۆربەی کات بە هۆی ئەو ئازارەی کە هەمانە؛ دەکەوینە سەرزەنشتکردنی شتانی بچووک و بێنرخ کە توانای جووڵەیان نییە، دەڵێین: «ئەو مێزە بێعەقڵە!»، بەڵکوو لەوانەیە کار بگاتە ئەوەی ڕەخنە لە دیکۆراسیۆنی ماڵەکە هەمووی بگریت؛ تەنها بە هۆی ئەو ئازارە هەراسانکەرەی بە قاچت گەیشتووە: «ئەرێ چ بێعەقڵ و نەزانێک مێز لە شوێنی وادا دادەنێت!»

بەڵام من کەمێک کارەکە دەبەمە پێش، ئەو ئازارە توندە لە پەنجەی قاچتدا، ئەو ئازارەی کە ڕقت لێیەتی و ڕقم لێیەتی و هەموو خەڵکی ڕقیان لێیەتی... ئەو بە هۆکارێک بوونی هەیە کە لەوپەڕی گرنگیدایە، ئەو ئازارە جەستەییە بەرەنجامی سیستمی دەماریمانە، ئەویش ئامرازێکە لە پێناو بەخشینی هەست بە دوورییەکانی جەستەمان. دەتوانین بۆ کوێ بچین و بۆ کوێ نەچین، دەتوانین بەرکەوتنمان لەگەڵ چی هەبێت و لەگەڵ چی نەمانبێت. کاتێ ئەو سنوورانەمان تێدەپەڕێنین، سیستمە دەمارییەکەمان سزامان دەدات بەو شێوەیەی کە شیاومان بێت و هانمان دەدات لەسەر ئەوەی بەئاگا بین و جارێکی تر ئەو کارە دووبارە نەکەینەوە.

ئەو ئازارە هێندەی ئەوەی ڕقمان لێیەتی، سوودی بۆمان هەیە. ئازار ئەو شتانەمان فێر دەکات کە پێویستە لێیان بەئاگا بین، کاتێ کە منداڵین یان کاتێ بێئاگاین. ئەو یارمەتیمان دەدات لە بینینی

ئەوەی باشە بۆمان و ئەوەی خراپە، ئەو یارمەتیمان دەدات لە تێگەیشتن لە سنوورەکانمان و تێنەپەڕاندنی، ئەو فێرمان دەکات کە لەنزیک زۆپای گەرمەوە سەرقاڵ نەبین و تەنی کانزایی نەکەین بەناو پلاکی کارەبادا. ئەمە واتای ئەوەی دەستهەڵگرتن لە ئازار و هەوڵدان بۆ خۆشبەختی؛ هەمیشە کارێکی باش نییە، لەبەر ئەوەی ئازار هەندێک جار گرنگیی یەکلاییکەرەوەی هەیە کە پەیوەستە بە تەندروستی و مانەوەمان.

بەڵام ئازار تەنها جەستەیی نییە. هەر کەس ناچار بێت دەتوانێت تەماشای پێشەکیی بەشی یەکەمی فیلمی (شەڕی ئەستێرەکان - Star Wars) بکات کە پێش ڕووداوەکانی فیلمەکە دەکەوێت و ئەمەت پێ دەڵێت: دەکرێت بنیادەمەکان ئازاری دەروونیی توندیشیان هەبێت. لە ڕاستیشدا توێژەرەوان گەیشتوونەتە ئەوەی کە دەماغمان زۆر جیاوازی لەنێوان ئازاری جەستەیی و ئازاری دەروونیدا ناکات. کە پێت دەڵێم کاتێ هاوڕێ کچەکەی یەکەم جارم ناپاکیی لەگەڵ کردووم و جێی هێشتووم؛ هەستەکانم وەک پارچەیەک سەهۆڵ وایە کە بەهێواشی لە دڵم دەچەقێت، ئەمە واتای ئەوەیە کە ئازارم پێ گەیشتووە، هاوشێوەی ئەوەی کە دەماغم وا گومان دەبات هەر بەڕاستی ئەو پارچە سەهۆڵە لە دڵم چەقیوە. هاوشێوەی ئازاری جەستەیی، ئازاری دەروونییش ئاماژەیە بۆ ئەوەی کە شتێک هاوسەنگیی تێک چووە، یان بۆ ئەوەی کە سنوورێک تێپەڕێنراوە. هاوشێوەی ئازارە جەستەییەکانمان، مەرج نییە ئازارە دەروونییەکانیش کارێکی خراپ بن، مەرج نییە کارێکی نەخوازراو بن. لە هەندێک حاڵەتدا لەوانەیە ژیان بە ئازاری دەروونی یان هەڵچوونی دەروونییەوە؛ کارێکی ڕاست و بەسوود بێت، یان کارێکی پێویست بێت. هەروەک چۆن لە ئازاری پەنجەوە

Scanned with CamScanner

فێری ئەوە بووین کە بە ڕێگادا بڕۆین بەبێ ئەوەی قاچمان بەر مێزەکان بکەوێت، ئازاری هەڵچوونی دەروونییش کە لە شکست یان بەرهەڵستییەوە سەرچاوە دەگرن؛ فێرمان دەکەن کە چۆن خۆمان لە کەوتنە هەمان هەڵەوە لە داهاتوودا بپارێزین.

ئەمەیە سەرچاوەی مەترسی لە کۆمەڵگایەکدا کە هەوڵی زیاتر و زیاتر دەدات بۆ ئەوەی خۆی دوور بخاتەوە لە نارەحەتی کە لە تاڵییەکانی ژیانەوە سەرچاوە دەگرن و ناتوانین خۆمانیان لێ لا بدەین. ئێمە ئەو سوودانە لەدەست دەدەین کە لە وەرگرتنی پێکوتێکی تەندروستی بەئازارەوە دەستمان دەکەوێت، ئەوە زیانێکە کە داماندەبڕێت لەو جیهانەی کە لە دەوروبەرمانە.

لەوانەیە دەمتان ئاو بکات بۆ ژیانێک کە دوور بێت لە هەموو ئازارێک، ژیانێک لە بەختەوەریی هەمیشەیی و خۆشەویستیی هەتاهەتایی لەنێوان مرۆڤەکان، بەڵام کێشەکانی ئێمە لەسەر زەوی هەرگیز لەناو ناچن. بەمە زۆر بەڕاستی دەڵێم: کێشەکان کۆتاییان نایەت. کەمێک بەر لە ئێستا (پاندای بێهیوایی) کە دەیناسن؛ سەردانی کردم، بەیەکەوە پیتزامان خوارد، هەموو ڕاستییەکانی لە بارەی ئەو بابەتەوە پێ وتم: وتی کێشەکان هەرگیز ئاوا نابن... تەنها لەوانەیە باشتر ببن! وارن بوفیت (یەکێک لە گەورەترین سەرمایەدارەکانی ویلایەتە یەکگرتووەکان) بەدەست کێشەی داراییەوە دەناڵێنێت، سەرخۆشێکی دەربەدەریش لەبەردەم فرۆشگایەکی گەورەدا دەناڵێنێت بەدەست کێشەی داراییەوە، بەڵام کێشەکانی بوفیت لە کێشەکانی دەربەدەرەکە باشترن. هەموو ئەوەی ئەم ژیانەدایە، بەم شێوەیەیە.

پانداکە پێی وتم: «مارک، ژیان لە ناوەرۆکدا زنجیرەیەکی ناکۆتایە لە کێشە.» لە پەرداخەکەمدا کەمێکی خواردەوە و چەترە

پەمەییە بچووکەکەی ڕاست کردەوە، پاشان وتی: «چارەسەرکردنی ئەو کێشەیەش هیچ نییە، جگە لە سەرەتایەک بۆ دەستپێکردنی کێشەکەی دوای خۆی.»

کەمێک ڕۆیشتم پرسیارم دەکرد لە بارەی ئەو شوێنەی ئەو پاندا قسەکەرە لێوەی هاتبوو، پاشان ئەی ئەو پیتزایە کێ دروستی کردووە؟

پانداکە پێی وتم: «هیوات بەوە نەبێت کە ژیانێکی بێ کێشە بوونی هەبێت، شتێکی لەو شێوەیە لەئارادا نییە، لەبریی ئەوە پێویستە هیوا بۆ خۆت بخوازیت کە ژیانێکت هەبێت کێشەکانی لە جۆری باش بن.»

بەدەم ئەو قسانەشەوە، چاویلکەکەی کردە چاوی، پاشان کڵاوەکەی لار کردەوە و بەرەو لای خۆرئاوابوون کەوتە ڕێ.

بەختەوەری لە چارەسەرکردنی کێشەوە دێت

کێشەکان نەگۆڕێکن لە نەگۆڕەکانی ژیان. کاتێ لە ڕێگای بەشداریکردن لە ئەندامێتیی یەکێک لە یانە وەرزشییەکانەوە کێشە قورسەکەت چارەسەر دەکەیت، ئەوا تۆ کێشەی تازە بۆ خۆت دروست دەکەیت وەک ئەوەی ناچار دەبیت بەیانیان کاتێکی زووتر لەخەو هەستیت بۆ ئەوەی لە کاتی گونجاودا بگەیتە یانە بەر لەوەی بچیتە سەر کارەکەت. لەوێ لە میانەی ڕۆیشتنت بۆ ماوەی سی خولەک لەسەر ئامێری ڕۆیشتن؛ ئارەقەیەکی زۆر دەکەیتەوە، پاشان خۆشۆردن و گۆڕینی جلەکانت بەر لەوەی بچیت بۆ سەر کار و بۆ ئەوەی بۆنی ئارەقەکەت لەوێ بڵاو نەبێتەوە. کاتێ کێشەی بەسەرنەبردنی کاتی پێویست لەگەڵ هاوبەشەکەت چارەسەر

دەکەیت بە دیاریکردنی شەوی چوارشەممە بۆ ئەوەی ببێتە «ژووانێکی جێگیر لە نێوانتاندا»، ئەوا تۆ کێشەی تازەتر دێنیتە ئاراوە هاوشێوەی ئەوەی پێویستە بیر بکەیتەوە لە شتێک بەیەکەوە ئەنجامی بدەن لە ڕۆژی چوارشەممەدا بە جۆرێک کە هەردوولا بەیەکەوە قبوڵتان بێت لەگەڵ دڵنیابوون لەوەی پارەی پێویستت پێیە بۆ خواردنی ئێوارەخوانێکی شیاو، هەروەها سەرلەنوێ ئاشکراکردنی ئەو «کیمیا»یە لە نێوانتاندا و هەڵایسانی پریشکێک کە وا هەست دەکەن لەدەستتان داوە، سەرلەنوێ دۆزینەوەی شێوازی نوێی ئەنجامدانی سێکس لە حەوزە بچووکەکەی گەرماوەکەدا کە پڕە لە بڵقی کەف.

کێشەکان هەرگیز ناوەستن، بەڵکوو ئێمە دەیانگۆڕین بە کێشەی تر، یان لێی دەگەڕێین کەڵەکە بین.

بەختەوەری لە چارەسەرکردنی کێشەوە دێت. وشەی «کلیل» چارەسەرە. ئەگەر تۆ کێشەکان لە خۆت دوور دەخەیتەوە یان هەست دەکەیت کە هیچ کێشەیەکت نییە، ئەوە تۆ بەڕێگاوەیت بۆ ئەوەی خۆت بکەیتە مرۆڤێکی بەدبەخت. ئەگەر بینیشت کێشەت هەیە و ناتوانیت چارەسەری بکەیت، ئەوە تۆ دیسان بەڕێگاوەیت بۆ ئەوەی خۆت بکەیتە مرۆڤێکی بەدبەخت. تێکەڵەی ئەفسووناوی لە چارەسەرکردنی ئەو کێشانەدا حەشار دراوە، نەک لە نەبوونی کێشە لە ژیانتدا.

پێویستە شتێکمان هەبێت چارەسەری بکەین بۆ ئەوەی بەختەوەر بین. کەواتە بەختەوەری شێوەیەکە لە شێوەکانی کردار، ئەو چالاکییەکە نەک شتێک بێت کە بێت بۆ لامان و ئێمەش لە حاڵەتێکی نەرێنیدا بین و تەنها وەرگر بین. شتێک نییە کە بە ڕێگایەکی جادوویی بیدۆزینەوە لە میانەی وتاری ڕۆژنامەیەکی بەناوبانگدا

کە ڕێنماییت پێشکەش بکات یان لە ڕێگای ئەم یان ئەو مامۆستا و ڕاهێنەری ڕۆحییەوە. بەختەوەری بە شێوەیەکی جادوویی دەرناکەوێت دوای ئەوەی پارە کۆ دەکەیتەوە و خانوویەکی پێ دەکڕیت کە ژوورەکانی گەورەترن لەوەی ئێستات. تۆ نایبینیت لە شوێنێک دانیشتبێت و چاوەڕێت بکات یان لە بیرۆکەیەک یان کارێکدا... یان تەنانەت لەناو کتێبدا!

بەختەوەری کردارێکە کە بەبەردەوامی پێش دەکەوێت، لەبەر ئەوەی چارەسەرکردنی کێشە بەبەردەوامی بوونی هەیە: چارەسەرکردنی کێشەی ئەمڕۆ دەبێتە بناغەیەک بۆ کێشەی سبەینێ، بەو شێوەیە بەردەوام دەبێت. تۆش بەختەوەریی ڕاستی بەدەست ناهێنیت، مەگەر کاتێک کێشەت هەبێت و چێژ لە هەبوونیشی وەربگریت، واتە ئەو کێشانەی کە چێژ لە چارەسەرکردنیان وەردەگریت.

هەندێ جار ئەو کێشانە سادەن، خواردنی خۆراکێکی باش، ڕۆیشتن بۆ شوێنێکی نوێ، بردنەوە لەو یارییە ڤیدیۆییەی کەمێک لەمەوبەر کڕیوتە، بەڵام کاتی تریش هەیە کە تیایدا کێشەکان ڕووتن، یان ئاڵۆزن: ڕاستکردنەوەی پەیوەندیت لەگەڵ دایکت، بەدەستخستنی کارێک کە پێی ڕازی بیت، بەدیهێنان و پەرەپێدانی هاوڕێیەتیی نوێ.

کێشەکانت هەر چۆنێک بن، بیرۆکەکە هەر هەمان بیرۆکەیە: چارەسەرکردنی کێشەکانت و بەختەوەر بە! بەڵام بەداخەوە، ژیان بەو ساکارییەش نییە لای زۆر کەس، ئەمەش لەبەر ئەوەی هەموو کارەکە خراپ دەکەن بە یەکێک لەم دوو ڕێگایە، یان بە هەردووکیان:

١. نکۆڵیکردن: هەندێک کەس نکۆڵی لە بوونی کێشە دەکەن لە

بنەڕەتەوە. ئەوانە لەبەر ئەوەی نکوڵی لە واقیع دەکەن، پێویستە لەسەریان بەردەوام ئەو واقیعە لەبەر چاویان بشارنەوە یان خۆیانی لێ گێل بکەن. لەوانەیە ئەمە بۆ ماوەیەکی کورتخایەن کەمێک ئاسوودەیان بکات، بەڵام سەر دەکێشێت بۆ حاڵەتێکی دەماری و نەمانی ئارامی و بوونی خەمۆکی.

٢. عەقڵیەتی قوربانی: هەندێک پێیان باشە وا بیر بکەنەوە کە هیچ ناکرێت بۆ چارەسەرکردنی کێشەکانیان، تەنانەت ئەگەر توانای چارەسەرکردنیشیانی هەبێت. «قوربانییەکان» هەوڵ دەدەن سەرزەنشتی کەسانی تر بکەن لەسەر کێشەکانیان یان سەرزەنشتکردنی بارودۆخێکی دەرەکی، ئەمە بۆ ماوەیەکی کورت حەوانەوەی زیاتریان پێ دەبەخشێت، بەڵام سەر دەکێشێت بۆ ژیانێکی پڕ لە بێدەسەڵاتی و ڕەشبینی و تووڕەیی بەردەوام.

خەڵکی نکوڵی لە بوونی کێشە دەکەن و تاوانەکەشی دەخەنە ئەستۆی ئەوانی تر لەبەر هۆکارێکی سادە، ئەویش ئەوەیە کە ئەم ڕێگایە ئاسانە و ئاسوودەیان دەکات، لە کاتێکدا چارەسەرکردنی کێشە کارێکی قورسە و زۆربەی کات بێزاریان دەکات. شێوەکانی نکوڵیکردن و سەرزەنشتکردنی کەسانی تر، دەرچەیەکی ئاسان و خێرامان پێ دەبەخشێت، ئەوانە شێوازێکن لە ڕاکردنی کاتی لە کێشەکانمان. لەوانەیە ئەم ڕاکردنە پاڵنانێکی کاتیمان بداتێ بەرەو پێشەوە کە وامان لێ بکات هەست بکەین دۆخمان باشتر بووە، بەڵام کێشەکان کۆتاییان نەهاتووە.

دەرچە خێراکان بە شێوازی زۆر و جۆراوجۆر دێن، هەندێ جار ماددییە، بۆ نموونە وەک کحول، لەوانەشە هەستکردن بێت بە سەرکەوتنێکی ئەخلاقی کە لە سەرزەنشتکردنی ئەوانی ترەوە سەرچاوە دەگرێت، یان لەوانەیە بە هۆی ئەو حاڵگرتنەوە بێت کە

دەچینە پێشەوە بۆ سەرکێشییەکی نوێی مەترسیدار، جۆرەکەی هەر چۆنێک بێت. ئەم دەرچە خێرایانە هیچ نین جگە لە ڕێگای نزم و بێسوود کە مرۆڤ ناتوانێت بە درێژایی ژیان بەکاریان بهێنێت. بەشی هەرە زۆری جیهانی «یارمەتیدانی خود»، پشت دەبەستێت بە خستنەڕووی دەرچە خێراکان لەبریی چارەسەرکردنی کێشەکانیان. زۆرینەی ڕاهێنەرانی «یارمەتیدانی خود» شێوازی نوێ لە نکوڵیکردنت فێر دەکەن و گوێت بە جۆرەها ڕاهێنان دەئاخنن کە بۆ ماوەیەکی کورت ئاسوودەت دەکات، بەڵام هۆکارە قووڵەکان پشتگوێ دەخەن. لەبیرت بێت، هیچ کەسێکی بەختەوەر نییە بەڕاستی کە ناچار بێت بچێتە بەر ئاوێنە و بە خۆی بڵێت کە بەختەوەرە.

هەروەک دەرچە خێراکان تووشی ئالوودەبوونمان دەکەن. تا زیاتر پشتی پێ ببەستیت بۆ ئەوەی هەستەکانت باش بین بەرامبەر کێشە قووڵەکانت، زیاتر پێویستت پێی دەبێت. بەو واتایە؛ لەوانەیە بەنزیکەیی هەموو شتەکان ببنە ماددەیەک بۆ ئالوودەبوونت، ئەمەش بەپێی ئەو پاڵنەرەی وات لێ دەکات بەکاری بهێنیت. هەریەک لە ئێمە ڕێگایەکی هەڵبژێردراوی هەیە بۆ سڕکردنی کێشەکانی، ئەوە کێشەیەکی تێدا نییە ئەگەر بە بڕی کەم بەکاریان بهێنین. بەڵام هەتا خۆدوورخستنەوەمان لە کێشەکان درێژە بکێشێت، هەروەها تاکوو ماوەی سڕکردنمان بۆ کێشەکان درێژە بکێشێت؛ زیاتر کەڵەکە دەبن کاتێک ناچار دەبین لە کاتێکی تردا ڕووبەڕوویان ببینەوە.

Scanned with CamScanner

خەڵکی هەستوسۆز و هەڵچوونەکان زۆر گەورە دەکەن

سۆز و هەڵچوونەکانمان بۆ یەک مەبەستی سنووردار گەشە دەکەن: بۆ ئەوەی یارمەتیمان بدات لە ژیاندا و دووبارە بەرهەمهێنانەوەی خۆمان بە شێوەیەکی کەمێک باشتر. ئەوە هەموو بابەتەکەیە. ئەوانە ئامرازێکن تا پێمان بڵێن شتێکمان هەیە کە ئەگەری زۆرە ڕاست بێت یان ئەگەری زۆری هەیە هەڵە بێت... لەمە زیاتر نییە، لەمەش کەمتر نییە!

هەروەک ئازاری بەرکەوتن بە زۆپایەکی گەرم فێرت دەکات جارێکی تر دەستی بۆ نەبەیتەوە، هەستکردنت بە خەفەتێکیش کە بە هۆی تەنیاییتەوە تووشت بووە؛ فێرت دەکات جارێکی تر خۆت بەدوور بگریت لە دووبارەکردنەوەی ئەو شتانەی دەبێتە هۆی هەستکردنت بەتەنیایی. هەڵچوونەکان هیچ نین، جگە لە ئاماژەی بایۆلۆژی کە تەرخان کراوە بۆ پیاکێشانت بە شێوەیەک بەرەو گۆڕانکاریی بەسوود ئاڕاستەت بکات.

وریا بە! من نامەوێت لە ناڕەحەتیی قەیرانەکانی نیوەی ژیانت کەم بکەمەوە کە ئێستا پیایدا تێپەڕ دەبیت، هەروەها لەو ڕاستییەش کە باوکە سەرخۆشەکەت پاسکیلەکەتی دزیوە کاتێ تەمەنت نۆ ساڵان بووە و تا ئێستاش نەتتوانیوە ئەوەی ڕووی دا؛ تێپەڕێنیت، بەڵام کاتێ بارودۆخەکە بەو شێوەیە دەبێت، کاتێک خۆت وا دەبینیت کە هێشتا هەست بە بێزاری دەکەیت؛ ئەمە لەبەر ئەوەیە کە مێشکت پێت ڕادەگەیەنێت کێشەیەک هەیە کە مامەڵەی لەگەڵ نەکراوە یان چارەسەر نەکراوە. بە دەربڕینێکی تر: هەستەکان و هەڵچوونە نەرێنییەکان هیچ نین جگە لە هاوارێک بۆ کارکردن.

Scanned with CamScanner

کاتێکیش ئەو هەڵچوونانەت بۆ دێن، مانای ئەوەیە کە پێویستە لەسەرت کارێک بکەیت، بەلام لە لایەکی تـرەوە هەستەکان و هەڵچوونە ئەرێنییەکان وەک جۆرێک لە پاداشت دێن بۆ لات، چونکە ئەو کارەی شیاو بووە؛ کردووتە. کاتێ لەم هەستەدا دەژیت، ژیانت بۆ سادە دەبێتەوە و بەو شێوەیە دەبێت بۆ تۆ کە هیچت لێ داوا نەکراوە جگە لە چێژوەرگرتن لێی. دوای ئەوەش، هاوشێوەی هەموو شتێک لە ژیاندا، ئەو هەستە ئەرێنییانە دەڕۆن لەبەر ئەوەی سەرلەنوێ کێشەی تازە دێتە ئاراوە و شوێنی کۆنەکە دەگرنەوە، ئەمەش توانای لێدەربازبوونی نییە.

هەستەکان و هەڵچوونەکان بەشێکن لە هاوکێشەی ژیانمان، بەلام هەموو هاوکێشەکە نییە، واتای ئەوە نییە کاتێ من هەستم کرد شتێک باشە؛ ئەوە لە ڕاستییشدا هەر باش بێت. هەستەکان و هەڵچوونەکان هیچ نین جگە لە ئاماژەکانی سەر ڕێگا، یان پێشنیارە کە کۆئەندامی دەمـارمـان پێشکەشمانی دەکـات، ڕاستی نییە و فەرمانیش نییە. لێرەوە گونجاو نییە بە درێژایی هێڵەکە ئێمە متمانە بە هەستەکانمان بکەین، بەڵکوو لە ڕاستیدا من وای دەبینم پێویستە لەسەرمان گومان لەسەری زیاتر بکەین.

زۆربەی خەڵکی فێر دەبن کە هەستەکانیان بنووسنەوە، ئەویش لەبەر هۆکاری جیاوازیی کەسی یان کۆمەڵایەتی و ڕۆشنبیری، ئەمەش بەتایبەت بەسەر هەست و هەڵچوونە نەرێنییەکاندا جێبەجێ دەبێت. ئـەوەی خەمهێنەرە لە بابەتەکەدا ئـەوەیـە نکۆڵیکردنی مرۆڤ بۆ هەست و هەڵچوونە نەرێنییەکانی، هیچ نییە جگە لە ڕەتکردنەوەی زۆرینەی ئەو ئامرازانەی زانیاریی پێ دەدەن بە مەبەستی چارەسەرکردنی کێشەکانی. لە ئەنجامی ئـەوەشدا کەسانێک کە لەو جۆرە سەرکوتکردنەیان هەیە، بە درێژایی ڕەوتی

ژیانیان قورسییەک دەبینن لە مامەڵەکردن لەگەڵ کێشەکانیان. ئەگەر ئەو کەسانە توانای چارەسەرکردنی کێشەکانیان نەبێت، ئەوە مانای ئەوەیە توانای ژیانێکی بەختەوەریان نییە. هەمیشە ئەوەت لەبیر بێت کە ئازار ئامانجێکی تێدایە! کەسانێکیش دەبینین کە زیادەڕۆیی دەکەن لە گوێڕایەڵیکردنی هەست و هەڵچوونەکانیاندا، هەموو شتێک بەلایانەوە بیانووی هەیە تەنها لەبەر یەک هۆکار، ئەویش ئەوەیە کە «وا هەست دەکەن». هەندێکیان دەڵێن: «ئۆو، جامی ئۆتۆمبێلەکەتم شکاند، بەڵام لە حاڵەتێکی شێتانەی ڕاستەقینەدا بووم، نەمدەتوانی پێش بەو کارەم بگرم»، یان «وازم لە قوتابخانە هێنا و چووم بۆ ئالاسکا، چونکە وا هەستم کرد ئەوە کارە دروستەکەیە کە دەبێت بیکەم». بڕیاردان بە پشتبەستن بە هەستی هەڵچوون بەبێ پەنابردن بۆ بیرکردنەوە بۆ ڕێکخستنی ئەو هەستە، هەمیشە بەرەو شکستت دەبات. دەزانیت کێ هەموو ژیانی لەسەر هەست و هەڵچوونەکانی بنیات دەنێت؟ منداڵێکی سێ ساڵان. سەگەکانیش وا دەکەن! تۆش دەزانیت کە سەگ و منداڵی سێ ساڵان چی دەکەن، وا نییە؟ کاری تەوالێت لەسەر فەرشەکە ئەنجام دەدات!

پشتبەستنی ڕۆچوو بە هەستەکان و هەڵچوونەکان و کردنیان بە پێوەر بۆ خۆمان، بەرەو شکستمان دەبات لەبەر هۆکارێکی سادە کە ئەویش بریتییە لەوەی ئەو هەست و هەڵچوونانە هەرگیز بەو شێوەیە نامێننەوە؛ ئەمڕۆ هەر چۆنێک ببێتە هۆی بەختەوەربوونمان، سبەینێ بەختەوەرمان ناکات، لەبەر ئەوەی پێکهاتەی بایۆلۆژیمان هەمیشە داوای زیاتر دەکات. بێگومان جەختکردنەوەی بەردەوام لەسەر بەختەوەری، دەگاتە داواکاریی بێکۆتا (بە شتێکی تر)... خانوویەکی تازە، پەیوەندییەکی نوێ،

Scanned with CamScanner

منداڵێکی تر، زیادبوونێکی تر لە حەقدەست. سەرەڕای هەموو ئارەقە ڕشتن و ماندووبوونەکانمان، کارەکەمان بە جۆرە هەستێکی ترسناک کۆتایی دێت، بەوەی گەڕاوینەتەوە بۆ ئەو شوێنەی لێوەی دەستمان پێ کرد: هێشتا بەسمان نییە!

زانایانی دەروونناسی زۆر کات ئاماژە بەم بیرۆکەیە دەکەن بە ناوی «ئەڵقەی چێژی بەتاڵ»: بیرۆکەکەی ئەوەیە کە ئێمە بەجددی بەردەوام کار دەکەین لە پێناو گۆڕینی دۆخی ژیانماندا، بەڵام هەست بە جیاوازییەکی گەورە ناکەین لە ڕاستیدا.

ئەمەیە هۆکاری ئەوەی کە کێشەکانمان بەردەوام دەردەکەونەوە و دەیکاتە شتێک کە ناتوانین خۆمانیان لێ لا بدەین. ئەو کەسەی خۆشت دەوێت و هاوسەرگیریی لەگەڵ دەکەیت، هەمان ئەو کەسەیە کە دەمەدەمێی لەگەڵدا دەکەیت. ئەوماڵەش کە کڕیوتە و زۆر پێت جوان بووە، هەر ئەو ماڵەیە کە خۆت بە ناچار دەبینیت چاکسازیی تێدا بکەیت و باشتری بکەیت. «پیشەی خەونەکان»ت کە بەدەستت هێناوە، هەر ئەوەیە وای لێ کردوویت لەژێر داخوازییەکانی ئەو کارەدا بژیت کە کۆتاییان نایەت، هەمیشە بۆ هەموو شتێک پێویستت بە بڕێک قوربانیدان هەیە... هەموو ئەو شتانەی هەستێکی باشمان پێ دەبەخشن، بەدڵنیاییەوە وامان لێ دەکات لە هەمان کاتدا هەستێکی ناخۆشمان هەبێت. ئەوەی دەیبەینەوە، هەر ئەوەیە کە دەیدۆڕێنین. ئەوەی ئەزموونە ئەرێنییەکانمان دروستی دەکەن، ئەزموونە نەرێنییەکانیشمان دیاریی دەکات.

ئەمە حەبێکی دەرمانە کە قووتدانی سەختە. بیرۆکەی بوونی جۆرێک لە بەختەوەریی زۆر و بەردەوام کە ڕەنگە بتوانین پێی بگەین، سەرسامامان دەکات. بیرۆکەی ئەوەی ڕەنگە بەیەکجاری لە نارەحەتییەکانمان ڕزگارمان ببێت، سەرسامامان دەکات. هەروەها

بیرۆکەی ئەوەی کە دەتوانین هەست بە تێربوون و ڕەزامەندیی بەردەوام بکەین لە ژیانماندا، سەرسامان دەکات.
بەڵام ناتوانین ئەوە بکەین!

شتێک هەڵبژێرە کە لە پێناویدا بجەنگیت

ئەگەر لێت بپرسم: «چیت لە ژیانت دەوێت؟» تۆش وەڵامێکم بدەیتەوە وەکوو: «دەمەوێت بەختەوەر بم و خێزانێکی نایابم هەبێت و کارێکیش کە بەدڵم بێت»، ئەوە وەڵامەکەت؛ وەڵامێکی چاوەڕوانکراوە تا ئاستێک کە وای لێ دەکات لە ڕاستیدا هیچ واتایەک نەبەخشێت.

هەموو کەسێک چێژ لەوە دەبینێت کە هەستێکی باشی هەبێت، هەمووانیش ژیانێکی بەختەوەریان دەوێت کە ئاسان بێت و دوور بێت لە هەر خەمێک، هەمووان ژیانێکی پڕ لە خۆشەویستیی ئەفسووناوییان دەوێت، دروستکردنی پەیوەندیی نایاب، هەریەک لە ئێمە حەز دەکات شێوەی جوان بێت، پارەی زۆری دەست بکەوێت، هەروەها جەماوەر و ڕێز و هەوادارانی خۆی هەبێت، هەروەها لێهاتوو بێت لە یاریکردن بە تۆپ تا ئاستێک کاتێ کە خەڵکی دەچنە شوێنێک و ئەو دەبینن ئاهی بۆ هەڵبکێشن.

هەمووان ئەوەیان دەوێت، ئاسانە مرۆڤ ئەوەی بوێت.

بەڵام ئەو پرسیارەی زیاتر سەرنج ڕادەکێشێت و وا دەکات بیر بکەیتەوە، ئەو پرسیارەی زۆرینەی خەڵک لێی بێئاگان، ئەوەیە: «کام ئازارت دەوێ لە ژیانتدا؟ ئەوەش چییە کە پێت وایە ئامادەیت لە پێناویدا بجەنگیت.»

پرسیارەکە گرنگە، لەبەر ئەوەی ئەم پرسیارە دیاریکەری

Scanned with CamScanner

یەکەمە بۆ ئەو ڕەوتەی لە ژیاندا دەیگریتە بەر.

با نموونە بهێنینەوە: زۆرینەی خەڵکی حەز دەکەن نووسینگەیەکی باشتریان هەبێت و کاری باشتریان هەبێت، بەڵام ئەو کەسانەی ئامادەن بۆ نارەحەتییەکانی شەست کاتژمێر کارکردن لە هەفتەیەکدا، برینی ڕێگای زۆر دوور لە پێناو گەیشتن بە شوێنی کار، پاشان ڕۆچوون لە کار و لاپەڕە و زنجیرەی وەزیفیی هەرەمەکی لە کۆمپانیا بۆ ڕزگاربوون لەو کۆتوبەندانەی سنووریان نییە و پێویست دەکات لە ژوورێکی بچووکی نووسینگەیەکدا دابنیشێت.

زۆرینـەی خەڵکی حـەزیان لە ژیـان و پەیوەندیی نایاب و ئەنجامدانی سێکسی زۆرە، بەڵام نابینیت هەموو کەسێک ئامادە بێت بۆ ئەو حاڵەتە قورسانەی باسمان کرد و بێدەنگیی نامۆ و بێزارکەر و برینداربوونی هەستەکان و حاڵەتە دەروونییە هەڵچوونەکان بۆ ئەوەی لە کۆتاییدا بگاتە ئەو ئەنجامە. بەم شێوەیە ئەوان لە شوێنی خۆیان دانیشتوون، لە شوێنی خۆیان دانیشتوون و ساڵ لەدوای ساڵ تێدەپەڕێنن و ئەوان هەر دەپرسن: «چی دەبوو ئەگەر؟» تاکوو ئەو پرسیارە لەخۆیەوە لە «چی دەبوو ئەگەر»ەوە دەگۆڕێت بۆ «جیاوازییان چییە؟» کاتێکیش پارێزەرەکان دێن بۆ لایان و چەکی خەرجیی هاوسەریان بە پۆستە بۆ دێت، دەیانبینین دەڵێن: «بۆچی؟»، «بەڕاست؟»، «بۆچی؟»... هیچ هۆکارێک نییە، جگە لەوەی ئەنجامێکی سروشتیی پێوەرە نزمەکان و ئومێدە کەمەکانە کە پێش بیست ساڵ هەیانبووە!

ئەمە لەبەر ئەوەی بەختەوەری پێویستە لە پێناویدا بجەنگێت. ئەو بەروبوومی زۆرانبازییە لەگەڵ کێشەکان. خۆشییەکان وەکوو گوڵەکان لەسەر زەویدا ناڕوێن. پێویستە پڕبەپڕی ژیان و ماناکەی، هەستی ڕاستەقینە بەدەست بێنین لە ڕێگای هەڵبژاردنەکانمان و

لە ڕێگای چۆنێتیی بەڕێوەبردنی ئەو زۆرانبازییانەی ئەنجامیان دەدەین. ئەگەر تۆ بەدەست دوودڵی یان تەنیاییەوە یان دڵەڕاوکێی ناچاری یان بەڕێوەبەرێکی بێزارکەر لە کارەکەت بناڵێنیت کە هەمیشە ڕۆژەکەت لێ تاڵ دەکات، چارەسەرەکەی هەر لەوەدایە کە ئەو ئەزموونە نەرێنییە قبوڵ بکەیت و بە شێوەیەکی ئەرێنی و چالاکانە مامەڵەی لەگەڵدا بکەیت، نەک هەوڵدان بۆ خۆدزینەوە لێی یان پشتگوێخستنی... باسمان لە ڕزگاربوونێکی جادوویی نییە لێی.

خەڵکی حەزیان بە لەشولارێکی نایاب و سەرنجڕاکێشە، بەڵام لەشولارت بەو شێوەیەی لێ نایەت هەتا ڕازی نەبیت بەو ئازار و ماندووکردنە جەستەییەی کاتژمێر لەدوای کاتژمێر لە هۆڵەکانی ڕاهێناندا هاوڕێیەتیت دەکەن، مەگەر ئەوەی تۆ ژماردن و ڕێکخستنی بڕ و جۆری ئەو خواردنەی دەیخۆیت؛ پێت باشتر بێت و هەموو ژیانت بەو جۆرە بەڕێ بکەیت کە ژەمی کەم بخۆیت.

خەڵکی حەز دەکەن پرۆژەیەکی تایبەت بە خۆیان هەبێت، بەڵام تۆ نابیتە خاوەن کارێکی سەرکەوتوو؛ مەگەر ڕێگایەک بدۆزیتەوە کە تیایدا مەترسی و حاڵەتی شکستهێنانی دووبارە و کاتژمێری کارکردنی تولانی و شێتانە قبوڵ بکەیت بۆ شتێک کە لەوانەیە هیچ ئەنجامێکیشی نەبێت.

هەموو کەسێک حەز بە هاوبەشێکی ژیان دەکات، لە ژن یان لە مێرد، بەڵام کارەکە سەر ناکێشێت بۆ ئەوەی کەسێکی نایاب کەمەندکێش بکەیت، مەگەر ئەوەی ئەو دڵەڕاوکێ و هەڵچوونانە قبوڵ بکەیت هاوشانی حاڵەتەکانی ڕەتدانەوەی بە ئازار، هەروەها کەڵەکەبوونی شڵەژانی سێکسی کە هیچ دەرچەیەکی بۆ نییە، هەروەها چاوبڕینە مۆبایلەکەت بۆ ماوەیەکی دوورودرێژ کە هەرگیز زەنگەکەی لێنادات. ئەمە بەشێکە لە گەمەی خۆشەویستی،

ئەگەر بەباشی یاری نەکەیت؛ ناتوانیت بیبەیتەوە.

ئەوەی بڕیار لە سەرکەوتنت دەدات؛ بریتی نییە لە «دەتەوێ چیت هەبێت؟»، بەڵکوو پرسیاری ڕاستەقینەوە ئەوەیە: «ئەو ئازارە کامەیە کە حەز دەکەیت بەرگەی بگریت یان دەتوانیت بەرگەی بگریت؟» ڕێگای بەختەوەری بە دڕک و بێهیوایی داپۆشراوە.

پێویستە لەسەرت شتێک هەڵبژێریت! ناتوانیت ژیانێکت هەبێت کە دوور بێت لە هەموو ئازارێک، ناکرێت ژیان هەمووی بەبەردەوامی بە گوڵ داپۆشرابێت، بەختەوەری پرسیارە ئاسانەکەیە، بەنزیکەیی وەڵامدانەوەی هەمووشمان بۆ ئەم پرسیارە وەکوو یەکە.

ئەو پرسیارەی زۆر جێی بایەخپێدانە، بریتییە لە پرسیاری ئازار. ئەو ئازارە کامەیە کە دەتەوێت لەگەڵی بژیت؟ ئەمە ئەو پرسیارەیە کە گرنگیی خۆی هەیە، ئەو پرسیارەی لە ڕاستیدا دەتگەیەنێتە شوێنێک، ئەمە ئەو پرسیارەیە کە لەوانەیە تێڕوانینت بگۆڕێت، ژیانت بگۆڕێت، ئەو پرسیارەیە کە منی گەیاندۆتە ئێرە و تۆشی گەیاندۆتە ئەوێ، ئەوە کە دیاریمان دەکات و جیاوازییەکان لە نێوانماندا دیاری دەکات و لە کۆتایی ڕێگەکەشدا بەیەکەوە کۆمان دەکاتەوە.

لە زۆربەی ماوەی هەرزەکاری و گەنجیمدا، خەونم بەوەوە دەبینی کە ببم بە مۆسیقاژەن، بەتایبەت ببمە یەکێک لە ئەستێرەکانی ڕۆک. هەر کاتێک گوێم لە گۆرانییەکی نوێ دەبوو بە گیتارەوە؛ چاوەکانم دەنوقاند و خۆم دەهێنایە پێش چاو لەسەر شانۆیەک گیتار دەژەنم لەبەردەم جەماوەرێکدا کە شێتانە هەڵدەبەزنەوە، لەبەردەم کەسانێکدا کە بەتەواوی عەقڵیان لەدەست داوە و گوێیان شل کردووە بۆ ئەو مەزنییەی پەنجەکانم لەو ژێیانە دروستی دەکەن. دەکرا ئەم خەونە وام لێ بکات چەندین کاتژمێری بێکۆتایی

ڕاهێنان لەسەر ژەنینی گیتار بکەم... بە تێڕوانینی خۆم، هەرگیز ئەو پرسیارە لەئارادا نەبوو کە ئەگەر ڕۆژێک لەسەر شانۆ وەستام و لەبەردەم جەماوەرێکی حاڵگرتوودا، بەڵکوو کەی ئەوە ڕوو دەدات. نەخشەم بۆ هەموو شتێک کێشابوو، چاوەڕێی ئەو کاتە گونجاوە بووم بۆ وەبەرهێنانی بڕی ڕاستەقینەی وزە و هەوڵەکانم بۆ ئەوەی دەمەوێت، تاکوو شوێنپەنجەم لە جیهانی مۆسیقادا جێ بهێڵم. پێویست بوو لەسەرم سەرەتا قوتابخانە تەواو بکەم، پاشان دەبوو هەندێک پارەی زیاتر بەدەست بهێنم بۆ کڕینی کەلوپەلە پێویستەکان، پاشان پێویستم بە کاتێکی کراوە دەبوو بۆ ئەنجامدانی ڕاهێنان تیایدا. پاش ئەوەش، دەبوو لەگەڵ خەڵکانێکی زۆر پەیوەندی دروست بکەم و پلان دابنێم بۆ یەکەمین پرۆژەی مۆسیقیم. دوای ئەوەش... دوای ئەوە، هیچ.

سەرەڕای هەموو خەونەکانم کە نزیکەی نیوەی تەمەنمی خایاند؛ لە واقیعدا هیچی لێ سەوز نەبوو، پاشان کاتێکی زۆر و ململانێیەکی زۆرم دەویست تا دەگەیشتمە هۆکارەکەی: من لە ڕاستیدا ئەمەم ناوێت!

لە حاڵەتێکی خۆشەویستیدا دەژیام لەگەڵ ئەوەی بیرم لێ دەکردەوە (وێنەی خۆم لەسەر تەختەی شانۆ، خەڵکیش هوتافم بۆ دەکێشن، منیش مۆسیقا دەژەنم و دڵم ڕۆدەکەمە ئەوەی دەیژەنم)، بەڵام هەمان حاڵەتی خۆشەویستیم نەبوو لەگەڵ ئەو پرۆسەیەی دەیگەیاندم بەو ئەنجامە، لەبەر ئەو هۆکارەش شکستم هێنا. جار لەدوای جار شکستم دەهێنا، بەڵکوو من لەو هەوڵانەمدا کۆششی پێویستم نەدەکرد تا ئەوەی بۆم هاتە پێش بە شکستی دابنێم. ڕاستیی بابەتەکە ئەوەیە کە من هەر لە بنەڕەتدا هەوڵێکی جددیم نەدا، ڕاهێنانە قورسەکانی ڕۆژانە، کاری پێویست بۆ دۆزینەوەی

Scanned with CamScanner

کۆمەڵێک کەس و ڕاهێنانکردن لەگەڵیان، نارەحەتیی بەدەستهێنانی هەموو پێداویستییەکان، پاشان وا لە خەڵک بکەیت بەڕاستی بێن و گرنگی بەوە بدەن کە کردووتە، ئەو ژیانەی دەپچڕێن، ئەو ئامێرانەی لەکار دەکەون، هەڵگرتنی بیست کیلۆ کەلوپەل و ڕۆیشتن بۆ ڕاهێنان و گەڕانەوە بەبێ بوونی ئۆتۆمبێل. ئەوە خەونێکی گەورەیە وەک کێوێکی بەرز، کە پێویستی بە کۆششێکی ڕاستەقینەیە بۆ ئەوەی بگەیتە سەر لوتکەکەی. کاتێکی زۆرم بەفیڕۆ دا بەر لەوەی بۆم دەرکەوێت کە من حەزم لە سەرکەوتن بەسەر شاخدا نییە! من تەنها حەزم دەکرد کە بیهێنمە پێش چاوی خۆم کە لەسەر لوتکەی ئەو شاخە وەستاوم.

ئەدەبیاتی ڕۆشنبیریی بەربڵاو پێم دەڵێت کە بە جۆرێک من خۆم هەڵخەڵەتاندووە، یان من کەسێکی شکستخواردووم، بەوەی من «ئەوەی پێویستە نیمە» بۆ کارەکە، بەوەی کە وازم لە خەونەکەم هێناوە، ڕەنگە لەبەر ئەوەی کە خۆمم لەبەردەم فشاری کۆمەڵگەدا ملکەچ کرد.

بەڵام ڕاستییەکە زیاتر لە هەموو ئەو شیکردنەوانە سەرنجڕاکێش و جێی بایەختر بوو، ڕاستییەکە ئەوەیە: گومانم برد کە شتێکم دەوێت، بەڵام بۆم ڕوون بووەوە کە نامەوێت، چیرۆکەکەش کۆتایی هات.

ئەنجامەکەیم ویست، بەڵام ململانێم لە پێناویدا نەویست، ئەنجامەکەیم ویست، بەڵام ئەو پرۆسەیەی سەری بۆ دەکێشێت؛ نەمویست، نەچوومە خۆشەویستیی جەنگان لە پێناو ئەو مەبەستە، تەنها حەزم لە سەرکەوتن بوو.

Scanned with CamScanner

ژیان بەو شێوەیە نارِوات.

وەڵامدانەوەی پرسیاری «تۆ کێیت؟» دیاریی دەکات کە ئایا تۆ ئامادەیت بۆ ململانێ لە پێناویدا. ئەو کەسانەی چێژ دەبینن لە ململانێ لەگەڵ ڕاهێنانەکان لە یانە وەرزشییەکاندا، ئەوانەن کە دەتوانن بەشداری بکەن لە پێشبڕکێ سیانییەکاندا: ڕاکردن و مەلەکردن و پاسکیلسواری. ئەوانەی خاوەنی لەشێکی جوانن، دەتوانن قورسایی زۆر هەڵگرن. هەروەها ئەوانەی چێژ لە کاتژمێری زۆری کارکردن و سیاسەتی پلەبەندیی وەزیفی وەردەگرن لە دامودەزگاکاندا، هەر ئەوانەن کە دەفڕن بەرەو بەرزترین پلەی ئەو پەیژەیە. ئەو کەسانەش کە چێژ دەبینن لە نارەحەتییەکانی ژیانی هونەری و حاڵەتەکانی برسێتی و دڵنیانەبوون تیایدا، ئەوانەن کە بەڕاستی لەگەڵی دەژین و لە کۆتاییشدا دەگەنە سەرکەوتن.

ئەم قسەیە پەیوەندیی بە هێزی ویست (ارادە)وە نییە، هەروەها بەردەوامی و خۆڕاگری. ئەمەی لێرەدا دەیڵێم، ئامۆژگارییەک نییە وەک ئەوەی «هیچ سەرکەوتنێک بەبێ نارەحەتی نابێت». ئەمە سادەترین شتە لە ژیاندا و لە هەموویان بنەڕەتیترە: ململانێمان، سەرکەوتنمان دیاری دەکات. کێشەکانمان بەختەوەریمان بۆ دێنێت، لە پاڵیشیدا کێشەی کەمێک باشتر دێنێت.

ئێستا بینیتان؟ ئەمە ڕێڕەوێکی پێچاوپێچی هەڵکشاوە کە کۆتایی نایەت. ئەگەر پێت وا بوو توانات هەیە لە هەر خاڵێکی ئەو ڕێگەیەدا بوەستیت لە سەرکەوتن پێیدا، بترسە لەوەی تۆ لە هیچ تێنەگەیشتوویت. ئەمە دەڵێم، لەبەر ئەوەی چێژی ڕاستەقینە لە خودی سەرکەوتنەکەدا حەشار دراوە.

Scanned with CamScanner

بەندی سێهەم
تۆ کەسێکی تایبەتی جیاواز نییت

کەسێکم دەناسی، با بڵێین ناوی جیمی بوو.

جیمی سەرکێشیی بەردەوامی هەبوو لە دنیای کارکردندا، ئەگەر ڕۆژێک لێت بپرسیایە کە چی دەکات؛ بە ناوی یەکێک لە کۆمپانیاکانەوە وەڵامی دەدایەوە کە ئەو ڕاوێژیان پێشکەش دەکات، یان باسی پرۆگرامێکی پزیشکیی بۆ دەکردیت کە بەدوای وەبەرهێنێکدا دەگەڕێن پارەداریی بکات و داهاتوویەکی گەشی دەبێت، یان باسی بۆنەیەکی خێرخوازیی بۆ دەکردیت کە پێدەچێت ئەو ببێتە قسەکەری سەرەکی تیایدا، یان باسی بیرۆکەی دروستکردنی جۆرێکی چالاک لە پاڵپێوەنەری سووتەمەنیی بۆ دەکردیت کە بە هۆیەوە ملیۆنان دۆلاری دەست دەکەوێت.

کەسێک بوو هەردەم دەجووڵا، هەمیشە سەرقاڵ بوو، ئەگەر بتویستایە کەمێک قسەی لەگەڵ بکەیت؛ بە قسەکردن لە بارەی سەرکەوتنەکانیەوە دەیهاڕیت، لە بارەی ئەو کارانەی کردوویەتی و لە بارەی بلیمەتیی کۆتا بیرۆکەیەوە، لیستێک لە ناوی بەسەردا دەبارانیدت بە جۆرێک وا هەستت دەکرد کە لەگەڵ پەیامنێری

ڕۆژنامە زۆر بەناوبانگەکان قسە دەکەیت.

جیمی کەسێکی ئەرێنیی چالاک بوو بەبەردەوامی، هەمیشە خۆی ماندوو دەکرد، هەر کات بتبینیایە؛ تا ئەوپەڕی خۆی سەرقاڵ کردبوو بە شتێکەوە، وا دیار بوو کەسێکە کە بەڕاستی بۆ ئامانجێک هەوڵ دەدات.

بـەڵام لە ڕاسـتیدا جیمی کەسێکی شکسـتخواردوو بوو بەتەواوی مانا، قسەی بێ کردار بوو. زۆربەی کاتەکان لە باڕ و چێشتخانە ناودارەکان دادەنیشت و پارەی زۆری خەرج دەکرد، هێندەی ئەوەی لە «بیرۆکەی کارەکان»دا کە هەیبوو؛ خەرجی دەکـرد، بەڵکوو کەسێکی مشەخۆر بوو لەسەر ئـەو پارەیەی خێزانەکەی بە نارەحەتییەکی زۆر کۆیان کردبووەوە، ئەویش لە ڕێگەی خەڵەتاندنیان وەک چۆن هەر کەسێکی دیکەی شارەکەی دەخەڵەتاند بە بیرۆکە ساختەکانی لە بارەی شکۆمەندییەکانی لە بواری تەکنۆلۆژیای ئاییندە. ڕاستە هەندێک جار هەوڵی بچووکی دەدا، یان تەلەفۆنەکەی دەگرت بە دەستیەوە و لەگەڵ کەسێکی نـاوداردا قسەی دەکرد و دەچووە لیستی ئەو ناوە بێکۆتاییانەی لـەلای بـوون، پاش ئـەوەش هیچ ڕووی نـەدەدا، هیچ یەکێک لەو «سەرکێشیی کار»انەی دەیکرد؛ ئەنجامیان نەبوو.

بەڵام ئەم هاوڕێیەمان ساڵانێکی دوورودرێژ لەسەر ئەو کارانەی بەردەوام بوو کە تیایدا لەسەر حسابی خێزانەکەی و هاوڕێکان و هەندێکی تر لە ناسیاوە دوورەکانی دەژیـا، تا ئەو کاتەی لە تەمەنی سی ساڵی نزیک بووەوە. لە هەمووی خراپتر لە تەواوی ئەو چیرۆکەدا ئەوە بوو کە جیمی ئەمەی بە کارێکی باش دەزانی، متمانەبەخۆبوونێکی بەرز و خەیاڵیی هەبوو. بە بۆچوونی خۆی، ئەو کەسانەی گاڵتەیان پێ دەکرد یان پەیوەندییە تەلەفۆنییەکەیان

بەسەریدا دادەخستەوە؛ «گەورەترین هەلی ژیانیان لەدەست داوە»، بەلام ئەو کەسانەی ئامۆژگارییان دەکرد بەوەی واز لە بیرۆکە ساختەکانی بهێنێت؛ ئەوانە «نەزانتر و بێئەزموونترن» لەوەی لە بلیمەتییەکەی تێبگەن، ئەو کەسانەش کە ئاماژەیان دەکرد بەوەی ژیانێکی مشەخۆرانەی هەیە؛ ئەوانە کەسانێکی «حەسود»بوون، ئەوان «رقیان لێیەتی» و چاویان بە سەرکەوتنەکانی هەڵنایەت.

جیمی هەندێک پارەی دەست دەکەوت، لەگەڵ ئەوەی زۆر کات ئەمە لە رێگای تەواو گوماناوییەوە بوو بە فرۆشتنی بیرۆکەی کار کە لە خەڵکی ترەوە دزیبووی یان قەرزێکی لە کەسێک وەردەگرت بە فێڵ و خەڵەتاندن، لەمەش خراپتر ئەوە بوو باوەڕی بە هەندێک کەس دەهێنا کە پارەی پێ بدەن لەبەرامبەر پێدانی پشک پێیان لە پرۆژە چاوەڕوانکراوەکانیدا، بەردەوام زۆری لە خەڵک دەکرد لە کاتێک بۆ کاتێکی تر هەتا ڕێگایان دەدا بۆ پێشکەشکردنی وتەیەک لەبەردەم جەماوەرێکدا (وتەیەک لە بارەی چییەوە؟ ناتوانم وەڵامەکەی بهێنمە بەرچاوم).

بەلام لە هەمووی خراپتر لەو کارەدا ئەوە بوو کە جیمی باوەڕی بەم ورێنانە هەبوو، خەیاڵەکانی زۆر چەسپاو بوون، زۆر قورس بوو خەڵک لێی توورە ببێت، لەبەر ئەوەی هەموو شتەکان سەیر و سەرنجراکێش بوون.

لە ماوەی ساڵانی شەستەکاندا، گەشەپێدانی «نرخاندنی بەرز بۆ خود»، واتە مرۆڤ بیرۆکە و هەستی ئەرێنیی بەرامبەر هۆی هەبێت، ئاراستەیەکی فراوان و بەربڵاوی گرتە بەر لە زانستی دەروونناسیدا. توێژینەوەکان گەیشتنە ئەوەی ئەو کەسانەی نرخاندنێکی بەرز بۆ خۆیان دادەنێن، بەگشتی خاوەن چالاکیی بەرزترن و کێشەی کەمتر دروست دەکەن. پاشان بڕوایەک لای

Scanned with CamScanner

توێژەرەوان و دروستکەرانی سیاسەت لەو کاتەدا سەری هەڵدا کە ناوەرۆکەکەی ئەوە بوو نرخاندنی جەماوەر بۆ خۆیان، لەوانەیە سەر بکێشێت بۆ سوودی کۆمەڵایەتیی بەرجەستە: ڕێژەی تاوانی کەمتر، ئەنجامی ئەکادیمیی باشتر، ڕێژەیەکی بێکاریی کەمتر، کورتهێنانی کەمتر لە بودجەی گشتی. لە ئەنجامی ئەمەدا نرخاندنی خود دەستی پێ کرد، لە سەرەتای دەیەی دواترەوە، واتە لە دەیەی حەفتاکاندا دەبێتە بابەتێک کە خەڵکی بوارەکە فێری دەبن و چارەسازە دەروونییەکان و سیاسی و مامۆستایان جەختی لێ دەکەنەوە، بەڵکوو بووە بەشێک لە سیاسەتی فێرکردنیش. بۆ نموونە؛ جێبەجێکردنی «گەورەکردنی بڕوانامەی فێرکاری» بۆ ئەوەی ئەو منداڵانەی خاوەن جووڵەیەکی فێرکاریی نزمن، ببنە خاوەن هەستێکی باشتر بەرامبەر کەمیی دەستکەوتەکانیان. دواتر «خەڵاتی بەشداریکردن» و «کاسی ساختە» داهێنران، لە پێناو هەر جۆرێک لە چالاکییە ئاساییەکان. وای لێ هات ئەرکی سووکی ماڵەوەیان بۆ منداڵان دادەنا لە شێوەی نووسینی هۆکارەکانی ئەوەی وای کردووە خۆیان بە جیاوازتر بزانن، یان نووسینی پێنج شت لەو شتانەی لە خۆیاندا پێی سەرسامن. بەڕێوەبەرانی کڵێساکانیش بە خەڵکانی ناو کڵێسایان دەوت هەریەک لەوان لە چاوی خودادا گرنگییەکی تایبەت بە خۆی هەیە کە دەگمەنە و بۆی هەیە ببێتە کەسێکی هەڵاوێردە و نایاب نەک تەنها کەسێکی ئاسایی. کۆڕ و کۆبوونەوە و ئەڵقەکانی فێرکاریی هاندانی تایبەت بە کۆمپانیا و دامەزراوەکان، هەمان ئەو سرووودە نامۆیەیان دەوتەوە: بۆی هەیە هەریەک لە ئێمە ببێتە کەسێکی هەڵاوێردە و تا ئاستێکی یەکجار زۆر سەرکەوتوو بێت.

لەپاش نەوەیەک، زانیارییەکان دەریانخست کە ئێمە هەموومان

Scanned with CamScanner

هەڵاویردە نین! روون بوودوە کە تەنها هەستکردنی باش بەرامبەر خۆت لە راستیدا هیچ واتایەکی نییە، مەگەر ئەوەی هۆکاریکی دروستت هەبێت کە وا بکات ئەو هەستەت بۆ دروست ببێت. هەروەها روون بووەوە کە نارەحەتی و شکست دوو شتی بەسوودن لە راستیدا، بەڵکوو پێویستیشن، بۆ ئەوەی منداڵ گەورە ببێت و ببێتە کەسێکی پێگەیشتووی سەرکەوتووی خاوەن عەقڵێکی بەهێز. روون بوودوە کە فێرکردنی خەڵکی بەوەی ئەوان کەسانێکی هەڵاویردەن و بەوەی کە هەستێکی باشیان بەرامبەر خۆیان هەبێت، بە چاوپۆشیکردن لە هەر شتێکی تر ناکرێت هەرگیز کۆمەڵگەیەک بەرهەم بهێنێت کە پڕ بێت لە نموونەکانی وەکوو بیل گیتس و مارتن لۆسەر کینگ، ئەوە کۆمەڵگایەک بەرهەم دەهێنێت لە نموونەکانی جیمی هاوڕێمان، نەک زیاتر!

جیمی، دامەزرێنەری کۆمپانیا نوێیە خەیاڵییەکان. جیمی کە هەموو رۆژێک ماددەی هۆشبەر بەکار دێنێت و ئەوەی هیچ بەهرەیەکی راستەقینەی نییە کە بفرۆشرێت جگە لە باسکردنی خۆی و رازیکردنی ئەوەی قسەی بۆ دەکات. جیمی ئەو جۆرە لە مرۆڤەکانە کە لە کارەکەیدا هاوار دەکات بەسەر هاوبەشەکەیدا و تۆمەتباری دەکات بەوەی «پێگەیشتوو نییە»، پاشان قەرزەکانی کۆمپانیا دوو هێندە دەکات و دەیگەیەنێتە بەرزترین ئاست وەک هەوڵێک بۆ سەرسامکردنی کچە نمایشکارێکی جلوبەرگی رووسی. جیمی کە هەرچی مام و پووری هەبوو بەخێرایی بەسەری کردنەوە، لەوانەی بتوانن پارەی بەقەرز پێ بدەن.

بەڵێ، ئەوە جیمیی خاوەن متمانەیە بە خۆی، جیمی خاوەن ئاستێکی نرخاندنی بەرز بۆ خۆی. ئەوەیە جیمی کە کاتی زۆر و زۆری تێپەڕاند بە باسکردنی سەرکەوتنەکانی لە هەموو ئەو

کارانەی دەیکرد، تا ئاستێک (ئێستا ئەوە دەزانن) وای کرد بیری چووەوە کە هیچ بکات.

کێشەی «بزووتنەوەی نرخاندنی خود» ئەوەیە پێوانەی نرخاندنی خود دەکات لە ڕێی ئاستی ئەرێنیبوونی هەستی خەڵکی بەرامبەر بە خۆیان، بەڵام پێوەری ڕاست و ورد بۆ نرخاندنی مرۆڤ بۆ خۆی دەبێت پشت بە هەستی خەڵکی ببەستێت بەرامبەر لایەنە نەرێنییەکانی خۆیان. خۆ ئەگەر کەسێکی وەکوو جیمی وا بزانێت کە زۆر نایابە لە سەددا ٩٩,٩، سەرەڕای هەموو لێکەوتەکانی ژیانی، ئەوە چۆن دەکرێت پێوەرێکی دروست بێت بۆ ئاستی بەختەوەری و سەرکەوتن لە ژیانی مرۆڤدا.

جیمی کەسێک بوو کە شیاوی ئەوە بوو! مەبەستم ئەوەیە ئەو هەستی دەکرد وەکوو ئەوەی شیاوی هەموو شتە نوێیەکان بێت، بەبێ ئەوەی هیچ کارێک بکات تا بەدەستی بهێنێت. جیمی گومانی وایە پێویستە توانای هەبێت ببێتە کەسێکی خۆشەویستی خاوەن پەیوەندیی فراوان، بێ ئەوەی لە ڕاستیدا یارمەتیی پێشکەش بە هیچ کەسێک بکات. هەروەها گومانی وایە ئەو شیاوی ئەوەیە ژیانێکی سەرنجڕاکێش و نایابی هەبێت، بێ ئەوەی قوربانی بە هیچ شتێک بدات.

ئەو کەسانەی هاوشێوەی (جیمی)ن؛ ئالوودە بوون بەوەی هەستێکی باشیان هەبێت بەرامبەر بە خۆیان تا ئاستێک کە ڕێگا بدەن خۆیان بخەڵەتێنن و وای لێ بکەن باوەڕ بکات کە ئەوان شتی زۆر مەزن دادەهێنن، تەنانەت کاتێکیش کە هیچ شتێک داناهێنن خۆیان دەکەنە جێگای پێکەنینی خەڵکی و پێشیان وایە ئەوان کردەوەی لێهاتووانە دەکەن. گومانیان وایە دامەزرێنەری کۆمپانیای نوێی سەرکەوتوون، بەڵام هەرگیز هیچ کۆمپانیایەکی

Scanned with CamScanner

سەرکەوتوو دانامەزرێنن. خۆیان وا ناو دەبەن کە «ڕێنیشاندەرن لە ژیاندا»، پارە وەردەگرن بۆ یارمەتیدانی خەڵکانی تر، لە کاتێکدا بیست و پێنج ساڵی تەمەنیان تێپەڕ نەکردووە و هیچ دەستکەوتێکی بەرجەستەشیان نییە لە ژیانیاندا.

ئەوانە کەسانێکی خاوەن متمانەیەکی لەرادەبەدەرن بە خۆیان، ڕەنگە ئەم متمانەبەخۆبوونە ببێتە هۆی خەڵەتاندنی خەڵکانی تر، لانی کەم بۆ ماوەیەکی کورت. لە هەندێک حاڵەتیشدا لەوانەیە ئاستی خەیاڵیی متمانەبەخۆبوون لای ئەو کەسانە کارێکی یارمەتیدەر بێت بە شێوەیەک یارمەتیی کەسانی دەوروبەریان بدات کە ئەوانیش هەست بە متمانەبەخۆبوونێکی زیاتر بکەن، بەڵام سەرەڕای هەموو ئەو خەڵەتاندنانە لەلای جیمی، دەبێ دان بەوەدا بنێم کە زۆر کات؛ بەسەربردنی کات لەگەڵیدا خۆش بوو، کاتی لەگەڵی دەبوویت؛ هەستت دەکرد توانات هەیە هەموو شتێک ئەنجام بدەیت!

بەڵام کێشەی ڕاستەقینە لەو هەستکردنە لەرادەبەدەرە ئەوەیە کە وا لە خەڵکی دەکات بە پێویستی بزانێت کە بە درێژایی کات هەستێکی باشی هەبێت بەرامبەر بە خۆی، تەنانەت ئەگەر ئەمە لەسەر حسابی خەڵکانی دەوروبەریشیان بێت. لەبەر ئەوەش کە ئەمانە پێویستییەکی بەردەوامیان هەیە بەو هەستە، کارەکە بەرەو ئەوەیان دەبات کە زۆربەی کاتەکانیان بیر لە خۆیان بکەنەوە. لە کۆتایی ڕێگەشدا پێویستە بڕێکی زۆر هەوڵ و کۆشش و وزەت هەبێت تا بڕوا بە خۆت بهێنێت کە پیساییەکەت بۆنی نییە، بەتایبەت ئەگەر هەموو تەمەنت لە تەوالێتدا بەسەر بەرێت.

کاتێ ئەم تەرزە بیرکردنەوەیە لای خەڵکانێک گەشە دەکات، وایان لێ دەکات بەبەردەوامی ئەوەی لە چواردەوریان دەگوزەرێت؛ بە مەزنیی خۆیانی لێک بدەنەوە. زۆر قورسە بتوانێت لەو حاڵەتە

دەریانبهێنێت. زۆر بەسادەیی: هەر هەوڵێک بۆ گفتوگۆکردن لەگەڵیان لەو ڕووەوە «مەترسیدار» دەبێت و هەڕەشە دەبێت لەسەر سەرکەوتنەکانیان لەلایەن کەسێکی نوێوە کە «توانای تێگەیشتن»ی نییە لەوەی چەند زیرەک و قۆز و سەرکەوتوو و بەهرەمەندە.

سووڕی ئەم هەستە بەرزە بە شایستەبوونی خۆیان بەرەو داخـران دەچێت و دەبێتە جۆرێک لە بڵقێکی خۆپەرستی کە هەموو شتێک دەشێوێنێت بە جۆرێک کە بەبەردەوامی خۆی پێ بەرز بکاتەوە. ئەو کەسانەی هەستێکی لەو شێوەیان هەیە، وای دەبینن هەموو شتێک بەرکەوتەی ئەوانە لە هەر ڕووداوێک لە ڕووداوەکانی ژیانیاندا وەک جەختکردنەوەیەک لە مەزنییان یان مەترسییەک کە هەڕەشەیان لێ دەکات. ئەگەر شتێکی باشیان بۆ هاتە پێش، ئەوە بە هۆی دەستکەوتێکی سەرنجراکێشەوە بووە کە خۆیان بەدەستیان هێناوە. ئەگەر شتێکی خراپیشیان بەسەرهات، لەبەر ئەوەیە کە کەسێک هەیە چاوی لەسەریانە و لە پێگەیان کەم دەکاتـەوە. زۆر قورسە هـەر شتێک بتوانێت کاریگەریی هەبێت لەسەر ئەو هەستکردنە باڵایە بە بەرکەوتەیان. ئەمانە ئەو کەسانەن خۆیان بەلاڕێدا دەبەن بە بەکارهێنانی هەر شتێک کە تامی هەستکردن بە سەرکەوتنیان پێ ببەخشێت. هەوڵ دەدەن ئەو ڕووکارە جوانەی خۆیان بهێڵنەوە کە لە مێشکی خۆیاندا دروستیان کردووە، جا نرخەکەی هەرچییەک بێت، تەنانەت ئەگەر پێویستیش بکات خراپەکاریی جەستەیی و مەعنەوی بەرامبەر خەڵکانی دەوروبەری خۆیان بکەن.

بەڵام ئەم هەستکردنە بەرزە بە بەرکەوتەیان؛ ستراتیژێکی شکستخواردووە، ئەوەش دەرچەیەکی سادەی ترە و بەختەوەری

نییە.

پێوەری ڕاستەقینە بۆ نرخاندنی خود ئەوە نییە کە مرۆڤ تێڕوانینی چۆنە بۆ ئەزموونە ئەرێنییەکانی، بەڵکوو ئەوەیە کە تێڕوانینی چۆنە بەرامبەر ئەزموونە نەرێنییەکانی. هاوشێوەکانی جیمی، لە ڕێگای خولقاندنی سەرکەوتنە خەیاڵییەکانەوە لە هەر ساتێکدا؛ خۆیان لە کێشەکانیان دەشارنەوە، لەبەر ئەوەش کە توانای ڕووبەڕووبوونەوەی کێشەکانیان نییە هەرچەند تێڕوانینیان بۆ خۆیان ئەرێنی بێت، کەواتە کەسێکی لاوازن.

ئەو کەسەی بەڕاستی وای دەبینێت کە بەهایەکی گەورەی هەیە، کەسێکی بەتوانایە لە بینینی بەشە نەرێنییەکانی کەسێتیی خۆی بە بینینێکی ئەرێنی... «بەڵێ، هەندێ جار کەسێکی نابەرپرس دەبم لە بارەی خەرجکردنی پارەوە»، یان «بەڵێ، من پشتم بە یارمەتیی کەسانی تر بەستووە لەرادەبەدەر، پێویستە زیاتر پشت بە خۆم ببەستم». لەدوای ئەوە، ئەم کەسە بە شێوەیەک ڕەفتار دەکات کە یارمەتیدەری بێت لە باشکردن و گەشەپێدانی خۆیدا، بەڵام کەسانێک کە هەستی باڵای بەرکەوتەیان هەیە، لەبەر ئەوەی ناتوانن بە شێوەیەکی ڕاست و ڕاشکاوانە دان بە بوونی کێشەکانیاندا بنێن، لەبەر ئەوە ناتوانن گەشە بە خۆیان بدەن بە شێوەیەکی بەردەوام و واتادار. ئەوانە هەمیشە لە دەرچەیەکی خێرای ئاسانەوە دەڕۆن بۆ دەرچەیەکی خێرای ئاسانی تر و نکوڵیی زۆر لەسەریەک کەڵەکە دەکەن، بۆ ئەوەی مەزنیی خۆیانی زیاتر پێ دەربخەن.

بەڵام دەبێت دواجار واقیع تۆڵەی خۆی بکاتەوە، دوای ئەوە کێشە حەشاردراوەکان بە شێوەیەکی ڕوون خۆیان دەردەخەن، تاکە پرسیار کاتی ڕوودانی ئەو بابەتەیە، چەندیش بەئازارە کاتی ڕوو دەدات.

Scanned with CamScanner

ساتی داڕووخان

من دانیشتووم، کاتژمێر نۆی بەیانییە، وانەی بایۆلۆژییە، سەرم خستووەتە سەر قۆڵم لەسەر تەختەکە، چاوم بڕیوەتە جووڵەی چرکەژمێری کاتژمێرەکەم، چرکەچرکی کاتژمێرەکە لەگەڵ دەنگی مامۆستا تێکەڵ بووبوو کە باسی کرۆمۆسۆمەکان و دابەشبوونی خانەکانی دەکرد. بێتاقەت بووم، وەک هەر گەنجێک کە تەمەنی لە سیانزە ساڵاندایە و خۆی وەک زیندانیکراوێک دێتە پێش چاو لەناو ژووری پۆلە قەرەباڵغ و ڕووناکەکەیدا.

لێدانێکی دەرگا، بەڕێز برایس بوو؛ یاریدەدەری بەڕێوەبەری قوتابخانە، لە دەرگاکەوە سەری دێنێتە ژوورەوە و دەڵێت: «ببوورە پێت دەبڕم. مارک، وەرە لەگەڵم. ئۆو، کەلوپەلەکانیشت بێنە.»

«شتێکی سەیرە!» لە دڵی خۆمدا وام وت. شتی وا ڕوو دەدات کە هەندێک جار مامۆستا قوتابییەک بنێرێت بۆ لای بەڕێوەبەر، بەڵام ئەوە دەگمەنە کە کەسێک بەڕێوەبەر بنێرێت بۆ لای قوتابی. شتەکانم کۆ کردەوە و لە ژوورەکە چوومە دەرەوە. ڕاڕەوەکە چۆڵ بوو و سەدان تاقی خۆڵەمێشیی هەڵواسراو بە دیوارەکەوە درێژ بووبوونەوە. «تاقەکەی خۆتم نیشان دەدەیت، مارک؟»

منیش دەڵێم: «بەدڵنیاییەوە.» پاشان بە کابۆ شینە چرچەکەم و قژە فشەکەم و کراسە گەورەکەمەوە، هەموو شتێکی تر.

دەگەینە لای تاقەکەی خۆم و بەڕێز برایس پێم دەڵێت: «تکایە بیکەرەوە.»

تاقەکە دەکەمەوە. دێتە پێش بۆ لای تاقەکەم، کۆتەکەم و جانتا وەرزشییەکەم و جانتاکەی شانم دەردێنێت... تەواوی

Scanned with CamScanner

کەلوپەلی ناو تاقەکەم دەردێنێت، جگە لە هەندێک دەفتەر و قەڵەم، هەمووی هەڵدەگرێت و پاشان دەست بە ڕۆیشتن دەکات و دوور دەکەوێتەوە، بێ ئەوەی ئاوڕ بۆ دواوە بداتەوە پێم دەڵێت: «وەرە لەگەڵم.» هەستێکی نائاسوودە دامدەگرێت.

شوێنی دەکەوم بۆ نووسینگەکەی، لەوێ داوام لێ دەکات دابنیشم. دەرگاکە لەپاش خومان دادەخاتەوە، پاشان قفڵی دەدات، دەڕوات بۆ لای پەنجەرەکە و پەردەکە دادەداتەوە بە شێوەیەک کەس نەتوانێت لە دەرەوە بمانبینێت، بەری دەستەکانم ئارەقە دەکەنەوە، ئەمە سەردانێکی ئاسایی نییە بۆ نووسینگەی بەڕێوەبەر.

بەڕێز برایس دادەنیشێت، بەلەسەرخۆیی دەست دەکات بە پشکنینی شتەکانم و کردنەوەی گیرفانی جلەکانم و سەیرکردنیان، پاشان جلە وەرزشییەکانم دەردێنێت و هەڵیاندەتەکێنێت و دەیانخاتە سەر زەوی.

بەڕێز برایس بەبێ ئەوەی سەیرم بکات، لێم دەپرسێت: «ئایا دەزانیت بەدوای چیدا دەگەڕێم، مارک؟»

وەڵامی دەدەمەوە: «نازانم.»

«ماددەی هۆشبەر.»

ئەو وشەیە تووشی شۆکم دەکات، هۆشیارم دەکاتەوە و دوودڵم دەکات.

بەسەرسامییەوە دەپرسم: «ماددەی هۆشبەر! چ جۆرێک؟»

بەرەقی سەیریکم دەکات، پاشان دەڵێت: «نازانم! تۆ چ جۆرێک بەکار دێنیت؟» چینێکی جانتاکەم دەکاتەوە و پاشان تەماشای ئەو گیرفانە بچووکانە دەکات کە تەرخان کراون بۆ قەڵەم.

ئارەقە بە گیانمدا دێتە خوارەوە. دوای ئەوەی دەستەکانم ئارەقەیان کردەوە، پاشان قۆڵم ئارەقە دەکاتەوە، پاشان ملم ئارەقە

دەکاتەوە، لە لاجانگمدا هەست بە لێدان دەکەم و خوێن هورووژم دەبات بۆ مێشکم و ڕووخسارم. هەست بە ڕاکردن و خۆشاردنەوە لە شوێنێکی دوور دەکەم، وەک لە هەر کوڕێکی بچکۆلە ڕوو دەدات لە تەمەنی سیانزەساڵیدا کە دەبینێت یەکەم جارە تۆمەتبار دەکرێت بە هەڵگرتنی ماددەی هۆشبەر و هێنانی بۆ قوتابخانە.

بەنارەزاییەوە دەڵێم: «نازانم بۆ چی دەگەڕێیت!» وشەکانم زۆر نەرمتر دەرکەوتن وەک لەوەی دەمویست، هەستم دەکرد پێویستە لەسەرم بە متمانەبەخۆبوونێکی زیاترەوە دەربکەوم بەتایبەت لەم کاتەدا. یان... لەوانەیە، پێویست نەبێت لەسەرم وا بکەم. ڕەنگە پێویست بێت بشڵەژێم. ئایا درۆزنەکان بە ترسێکی زیاترەوە دەردەکەون، یان بە متمانەبەخۆبوونێکی زیاترەوە؟

من دەمەوێت تەواو بە پێچەوانەی ئەوانەوە بم، بەڵام ئەوەندە هەیە کەمیی متمانەبەخۆبوونم بەرەو زیادبوون دەچێت، بەردەوام کەمیی متمانەبوونم بە خۆم کە لەو هەستەوە سەرچاوەی گرتووە من متمانەم بە خۆم نەبێت، وای کردووە هەست بە نەبوونی متمانە بە خۆم بکەم، ئەوە خودی ئەو «ئەڵقە جەهەننەمییەیە کە خۆی دووبارە دەکاتەوە».

پێم دەڵێت: «دەبینین... دەبینین!» پاشان سەرنجی دەچێتە سەر جانتای پشتەکەم کە لەو کاتەدا بەلای منەوە وەک ئەوە وا بوو سەد گیرفانی هەبێت، هەر گیرفانێک لە گیرفانەکانی پڕ کرابوون لە کەلوپەلی تایبەتیی خۆی لە پێداویستییە بێنرخەکانی هەرزەکاران: قەڵەمی ڕەنگاوڕەنگ، مقەستی کۆنە کە لەناو پۆلەکەدا دەستاودەستمان پێ دەکرد، سی دیی سەرەتای نەوەدەکان کە بەرگەکانیان دڕابوو، قەڵەمجافی وشک کە دەبووایە لەمێژەوە فڕێم بدایە، هەروەها دەفتەرێکی وێنەکێشانی کۆن کە نیوەی پەڕەکانی

لێ کرابوونەوە، خۆڵ و دەزوو و شتی تر کە هیچ بەهایەکیان نەبوو لە میانەی وەرزی خوێندندا هەموویان کەڵەکە بووبوون.

وا بزانم بەخێرایی ڕووناکی؛ ئارەقەم دەکردەوە، لەبەر ئەوەی کات هەر درێژ دەبووەوە، لەگەڵ ئەوەی چەند چرکەیەک زیاتر نەبوو لە بەیانیی ئەو ڕۆژە. هەستم کرد وانەی دواتر زۆر دوور کەوتووەتەوە، وەک ئەوەی سەردەمێکی جیۆلۆجیی تر بێت و منیش لە هەر خولەکێکدا کە تێدەپەڕێت؛ گەورە دەبم و دەمرم. ئێمە بەتەنها بووین، من و بەڕێز برایس و جانتاکەم کە ئارامی نەمابوو.

لە ساتێک لە ساتەکانی ئەو سەردەمە جیۆلۆجییە درێژە، بەڕێز برایس کۆتایی هێنا بە گەڕان و پشکنینی جانتای پشتەکەم. کەمێک لە دڵەڕاوکی لەسەر ئەو پیاوە بەدەرکەوت، لەبەر ئەوەی هیچ شتێکی نەدۆزییەوە. جانتاکەی سەرەوخوار کردەوە و هەموو ئەو شتانەی لە ناویدا بوون، کەوتنە سەر زەویی نووسینگەکەی. ئەویش ئێستا ئارەقە دەکاتەوە وەک ئەوەی من ئارەقەم دەکردەوە، بە یەک جیاوازییەوە: من دەترسام، بەڵام ئەو تووڕە بوو. بە دەنگێک کە ویستی ئاسایی بێت، وتی: «کەواتە ئەمڕۆ هیچ ماددەی هۆشبەرت پێ نییە، وایە؟»

بە دەنگێکی ئاسایی وەڵامم دایەوە: «نەخێر.»

دەستی کرد بە پشکنینی ئەو جلوبەرگانەی لەناو تاقەکەمدا بوون، پاشان هەموویانی لەلای جانتای وەرزشییەکەمەوە کۆمەڵ دەکرد کە پێداویستیی وەرزشیی تێدا بوو. ئێستا کۆتەکەم و جانتاکەم بەبێ گیان لەناو باوەشیدا ئارامیان گرتبوو. بینیم هەناسەی هەڵدەکێشا و تەماشای دیوارەکەی دەکرد. هەستم کرد خەریکە گریانم دێت، وەک هەر منداڵێکی تەمەنی سیانزە ساڵان کە بەتەنها خۆی دەبینێتەوە لەگەڵ پیاوێکی تووڕە کە شتەکانی بەملا

Scanned with CamScanner

و ئەولادا فڕێ دەدات.

چاوەکانی بەڕێز برایس تەماشای شتە کەڵەکەبووەکانی سەر زەوییان دەکرد، شتێکی قەدەغەکراو یان ڕێگاپێنەدراویان تێدا نەبوو... نە ماددەی هۆشبەر، نە تەنانەت هەر شتێک کە پێچەوانەی سیستمی قوتابخانە بێت. پیاوەکە هەناسەیەک دەداتەوە، پاشان کۆت و جانتاکەش فڕێ دەداتە سەر زەوییەکە. دەنوشتێتەوە و ئەنیشکەکانی دەخاتە سەر مێزەکە و ڕووخساری بەرامبەر ڕووخساری من ڕادەوەستێت.

«گوێبگرە مارک، مۆڵەتی کۆتاییت پێ دەدەم بۆ ئەوەی ڕاستگۆ بیت لەگەڵم، ئەگەر تۆ ڕاستگۆ بیت لەگەڵم؛ ئەوا ئەنجامەکەی بۆ خۆت زۆر باشتر دەبێت، بەڵام ئەگەر دواتر بۆم دەرکەوێت کە درۆت کردووە؛ ئەوا کارەکە زۆر خراپتر دەبێت.»

تفێک قووت دەدەمەوە وەک ئەوەی لە شتێکدا تاوانبار بم.

بەڕێز برایس پرسیارم لێ دەکات: «ئێستا ڕاستییەکەم پێ بڵێ، ئەمڕۆ ماددەی هۆشبەرت لەگەڵ خۆت هێناوە بۆ قوتابخانە؟»

بەرەنگاریی فرمێسکەکانم دەکەم و هاوارێک لە گەروومدا دەهێڵمەوە، چاو دەبڕمە ئەو کەسەی خەریکە ئەشکەنجەم دەدات، پاشان بە دەنگێکی پاڕانەوە و بێدەسەڵاتانە بۆ ڕزگاربوون لەم هەموو ترسە دەڵێم: «نا، هیچ ماددەیەکی هۆشبەرم پێ نییە، ناشزانم باسی چی دەکەیت.»

خۆبەدەستەوەدانی خۆی ڕادەگەیەنێت و دەڵێت: «کێشە نییە، وا بزانم تۆ دەتوانیت کەلوپەلەکانت هەڵگریت و بڕۆیت.»

بەهێواشی دوایین تەماشای جانتاکەم دەکاتەوە کە لەسەر زەویی نووسینگەکەی کەوتووە، وەک خەونێکی تێکشکاو. قاچی دەخاتە سەر ئەو جانتایە و کەمێک فشار دەکات، وەک ئەوەی

Scanned with CamScanner

دوا هەوڵ بێت و شتێکی بۆ دەرکەوێت، بەڵام من بەدووودڵییەوە چاوەڕێم تا هەستێت و لێی دوور بکەوێتەوە بۆ ئەوەی بگەڕێمەوە بۆ ژیانم و ئەو مۆتەکەیە لەبیر بکەم.

بەڵام قاچی هەست بە شتێک دەکات لەناو جانتاکەدا، لەناکاو لێم دەپرسێت: «ئەمە چییە؟»

دەڵێم: «لە بارەی چییەوە لێم دەپرسیت؟»

«هێشتا جانتاکە شتێکی تێدایە.»

جانتاکە هەڵدەگرێت و دەست دەکات بە پشکنینی بەقووڵی، بەڵام من لە چاومدا ژوورەکە هەمووی بووبوو بە تەم، هەموو شتێکم تەماوی دەبینی.

کاتێ بچووک بووم، زیرەک بووم، هەروەها خۆشەویست بووم، بەڵام لە هەمان کاتدا کەسێکی بێنرخیش بووم، من ئەم وشەیەم بەوپەڕی واتا ناسکەکەی دەربڕی. هەمیشە حەزم لە هەڵگەڕانەوە و درۆکردن بوو، ڕێژێکی کەمم بۆ دەوروبەرم هەبوو. کاتێک تەمەنم دوانزە ساڵان بوو، ئامێری ڕاداری ماڵەکەمان لەکار کەوت بە هۆی موگناتیسێکەوە کە من هێنابووم، تاکوو بتوانم بە هۆیەوە خۆم بگەیەنمە دەرەوەی ماڵ لە نیوەی شەودا و بەبێ ئەوەی کەس پێم بزانێت. لەگەڵ هاوڕێکەمدا ڕۆیشتم و ئۆتۆمبێلەکەی دایکیمان بەپاڵ برد تا گەیاندمانە سەر شەقامەکە بۆ ئەوەی بتوانین کەمێک لە کۆڵانەکەدا پێی بسووڕێینەوە، بەبێ ئەوەی خاوەنەکەی خەبەری ببێتەوە. منیش هەندێک شتم دەنووسی لە بارەی لەباربردنی کۆرپەلە، چونکە دەمزانی مامۆستای وانەی ئینگلیزی مەسیحییە و پارێزکارێکی توندڕەوە. لەگەڵ هاوڕێیەکی دیکەمدا جگەرەمان لە دایکی دەدزی و لەپشت قوتابخانەوە بە منداڵانمان دەفرۆشتەوە.

لەسەروو هەموو ئەوانەشەوە، گیرفانێکی نهێنیی بچووکم

لەژێر جانتاکەمەوە دروست کردبوو بۆ ئەوەی ماریجواناى تێدا بشارمەوە.

ئەو گیرفانە نهێنییە بوو کە بەڕێز برایس بۆی دەگەڕا، دوای ئەوەی قاچی نا بە ماددە هۆشبەرەکانی ناویدا کە لە جانتاکەدا شاردبوومەوە. من درۆزن بووم. وەک بەڵێنی پێ دابووم، هەرگیز بەڕێز برایس هیچ نەرمییەکی لەگەڵم نەنواند. دوای چەند کاتژمێرێک، وەک چۆن لە هەر منداڵێک لە تەمەنی سیانزە ساڵیدا ڕوو دەدات کاتێ خۆی دەبینێتەوە بەدەستبەستراوی لە کوشنی دواوەی ئۆتۆمبێلی پۆلیسدا، گومانم وا بوو ئیتر ژیانم کۆتایی هات.

کەمێک لەسەر حەق بووم لەو گومانبردنەدا. بە شێوەیەک لە شێوەکان دایک و باوکم بڕیاریان دا لەماڵەوە زیندانیم بکەن. پەیوەندیکردنم لەگەڵ هاوڕێکانم بۆ ماوەیەکی دیارینەکراو قەدەغە کرا. بە هۆی ئەوەی لە قوتابخانەش دەرکرام، پێویست بوو لەسەرم ئەو ماوەیەی کە ماوە لە ماڵەوە وانەکانم بخوێنم. دایکم ناچاری کردم قژم ببڕم و کراسەکەم فڕێ بدەم کە وێنەی مارلین مانسۆن و تیپی میتالیکا (ئەمە بۆ هەرزەکارێک لە ساڵی ١٩٩٨دا هیچی کەمتر نەبوو لە بڕیاری لەسێدارەدان). هەموو بەیانییەک باوکم ڕایدەکێشام بەرەو نووسینگەکەی، بۆ چەندین کاتژمێری کۆتاییەنەهاتوو کاری پۆلێنکردنی لاپەڕەکانی پێ دەکردم. دوای ئەوەی ماوەی فێربوونم لە ماڵەوە کۆتایی هات، لە قوتابخانەیەکی ئایینی بچووکدا ناویان تۆمار کردم، لەوێ هەستم بە ئاسوودەیی نەدەکرد (لەوانەیە ئەمە سەرسامتان نەکات).

لەدوای ئەوە، بەتەواوی دوای ئەوەی وازم لە بیرکردنەوە هێنا لەوەی ئەنجامم دابوو و ئەرکەکانی قوتابخانەم بەرێکوپێکی دەنووسییەوە و فێری هەستی بەرپرسیارێتیی ڕاستەقینە بووم.

Scanned with CamScanner

دایکم و باوکم بڕیاری جیابوونەوەیان دا.

ئەمەم پێ وتن تا بزانن سەردەمی هەرزەکاریم زۆر خراپ بوو. هەموو هاوڕێکانم لەدەست دا، ئەوەی لە دەوروبەرم بوو؛ لەدەستم دا، هەروەها مافە یاساییەکانیشم لەدەست دا، پاشان خێزانەکەم لەدەست دا، هەموو ئەوانە لە ماوەیەکدا ڕوویان دا کە لە نۆ مانگ زیاتر نەبوو. ڕەنگە چارەسازێکی دەروونی کە سەردانم کرد، ئەو ماوەیەی تەمەنی بیستەکانم بە «ماوەی شۆکی ڕاستەقینە» ناو ببات. لەدوای ئەوە، زیاتر لە دە ساڵ دەبەمە سەر بۆ هەڵوەشاندنەوەی ئەو بارودۆخە و هەوڵدان بۆ کەمکردنەوەی هەستی گۆشەگیریم.

کێشەی ژیانی خێزانیم (واتە جیابوونەوەی دایک و باوکم) لەو کاتەدا پەیوەندیی نەبوو بەو شتە ئابڕووبەرانەی دەکرێن یان دەوترێن، بەڵکوو بە هۆی ئەو شتە ئابڕووبەرانەوە بوو کە پێویست بوو بوترێن یان بکرێن، بەڵام نەکران و نەوتران. خێزانەکەم هەموو شتێکیان بە پەرژینی بەهێز دەورە دەدا، بە لێزانییەک هاوشێوەی لێزانیی وارن بوفیت لە کۆکردنەوەی پارە یان بە لێزانیی جینا جامیسۆن (ئەکتەرێکی فیلمە بەدڕەوشتییەکانە) لە ئەنجامدانی سێکس: ئێمە پاڵەوانین لەو بوارەدا! لەوانەیە ماڵەکە لە دەوروبەرمان ئاگر بگرێت، بەڵام ئێمە ڕووبەڕووی دەبینەوە بە وتنی: «ئۆو! نا، شتێکی وا ڕووی نەداوە، لەوانەیە شتێکی گەرم لەوێدا بێت، بەڵام لە ڕاستیدا شتێکی ئەوتۆ ڕووی نەداوە.»

پاش جیابوونەوەی دایک و باوکم، ئیتر هیچ قاپێک نەدەشکا و هیچ دەرگایەک بەتوندی لێی نەدەدرا و هاوار و دەمەبۆڵە و تۆمەتبەخشینەوە نەما. دوای ئەوەی بۆیان دووپات کردینەوە کە تاوانی ئەوەی ڕووی داوە؛ هی من و براکەم نەبووە،

کۆبوونەوەیەکی پرسیار و وەڵام ئامێز لە نێوانماندا هاتە ئاراوە. بەڵی، پرسیار و وەڵام ئامێز بوو، کە پەیوەست بوو بە وردەکارییە کردارییەکان بۆ ڕێکوپێککردنەوەی ژیانی تازەمان. کەسمان فرمێسکی نەڕشت، کەسمان دەنگی بەرز نەکردەوە، قووڵترین شت کە من و براکەم تێیگەیشتین لە بارەی ژیانی سۆزداریی باوک و دایکمانەوە؛ هاوشێوەی ئەمە بوو: «کەسمان فێڵی لە ئەوی تر نەکردووە، ناپاکییشی بەرامبەر نەکردووە». ئۆو، بەڕاستی ئەوە باشە! شتێکی گەرم لە ماڵەکەدا هەیە، بەڵام لە ڕاستیدا هەموو شتێک لە جێی خۆیدایە!

باوکم و دایکم دوو کەسی باشن، هیچ سەرزەنشتێکیان ناکەم لەسەر هیچ (لانی کەم، بەڵێنم نەداوە سەرزەنشتیان بکەم)، من زۆریش خۆشم دەوێن، بەسەرهات و ڕێگا و کێشەی خۆیان هەبوو، ڕێک وەکوو هەموو دایک و باوکەکانی تر. هەموو؛ باوک و دایکیان بەو شێوەیە بوون، هەمیشەش دۆخەکە بەو شێوەیە دەڕوات. هاوشێوەی هەموو باوک و دایکەکانیش، باوکم و دایکم بەشێک لە کێشەکانیان بۆم جێ هێشت (بێگومان لە نییەتپاکییەوە)، ئەگەری زۆری هەیە منیش بەشێک لە کێشەکانم بۆ منداڵەکانم جێ بهێڵم.

کاتێ شتانێکی خراپی لەم شێوەیە لە ژیانماندا ڕوو دەدەن، هەستێکمان بۆ دروست دەبێت بە شێوەیەکی بێئاگایانە کە وا دەزانین ئەو کێشانەمان هەرگیز پێ چارەسەر ناکرێت، ئەم بێدەسەڵاتییە گریمانەییەش لە چارەسەرکردن؛ وامان لێ دەکات هەست بە بەدبەختی و بێدەسەڵاتی بکەین.

بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا دەبێتە هۆی ڕوودانی شتێکی تر. ئەگەر کێشەگەلێکمان هەبوو کە چارەسەریان نەبوو، ئەوا نەستمان

Scanned with CamScanner

وێنایەکمان بۆ دەکێشێت کە ئێمە یان کەسێکی تایبەت و دەگمەنین؛ بۆیە ئەم کێشە «تایبەت و دەگمەن»انەمان بۆ دروست دەبێت، یان ئەوەیە کەسێکین تووشی ناتەواوییەک بووین. ئەو بیرکردنەوەیەمان بۆ دروست دەبێت کە بە شێوەیەک ئێمە لە کەسی تر ناچین جگە لە خۆمان و پێویستە سیستمەکەش بۆ ئێمە جیاواز بێت.

بەڵام بابەتەکە سادەیە: ئێمە دەبینە کەسێک کە خاوەنی ئەو هەستە دەبین پێشتر باسمان کرد، کە بریتییە لەوەی خۆمان بە شیاوی بەرکەوتەی زیاتر دەزانین.

ئەو ئازارەی پیایدا تێپەڕیم لە سەردەمی هەرزەکاریدا، گەیاندمیە ئەو ڕێگایەی هەمان هەستی لەڕادەبەدەری بەرکەوتەییم هەبێت، ڕێگایەک بوو کە تیایدا بەشە زۆرەکەی تەمەنی گەنجێتیم بەسەر برد، لە کاتێکدا کە هەستی لەڕادەبەدەری بەرکەوتەیی جیمی لە بواری کاردا بەدەر کەوت، وەک وای نیشان دەدا کە خاوەنی سەرکەوتنی زۆرە، هەستەکەی من بە بەرکەوتەیی زۆرتر؛ بەتایبەت لە پەیوەندییەکانم لەگەڵ ئافرەتاندا دەردەکەوت. ئەو شۆکەی تووشم بوو؛ زیاتر خۆی لە دۆستایەتی و ڕازیبووندا دەبینییەوە، بە جۆرێک وام لێ هات هەستم دەکرد هەمیشە پێویستم بە قەرەبووکردنەوەیەکی زیاتر هەیە بۆ ئەوەی بۆ خۆمی بسەلمێنم کە بە درێژایی کات کەسێکی خۆشەویستم و لە لایەنی بەرامبەرەوە کەسێکی خوازراوم. لە ئەنجامی ئەمەشدا، بەخێرایی ڕۆیشتم بەرەو ئەوەی شوێن ئافرەتان بکەوم وەک چۆن کەسێکی ئالوودە بە کۆکاین بەرەو پەیکەرێکی گەورەی دروستکراو لەو ماددەیە دەچێت: گەیشتمە خۆشەویستییەکی لەڕادەبەدەر لەگەڵ ئەو حاڵەتەدا، هێندەی نەبرد هەستم کرد کە خەریکم بە هۆیەوە دەخنکێم. بوومە هاوشێوەی یاریزانێک،

پاریزانێکی خۆپەرستی پێنەگەیشتوو، سەرەڕای ئەوەی هەندێک جار چێژ لە ئەفسووناویبوونی وەردەگرێت، پاشان نزیکەی دە ساڵ خەرجیم دا لە پێناو زنجیرەیەکی دووردرێژ لە پەیوەندییە ڕووکەشە ناڕاستەکاندا.

ئەوەی من زۆر هەوڵم بۆ دەدا؛ سێکس نەبوو، لەگەڵ ئەوەی چێژبەخش بوو، من لە هەوڵی جەختکردنەوە لە خودی خۆم بووم، بەلای خۆمەوە کەسێکی ویستراو و خۆشەویست بووم. بۆ یەکەم جار لەو ماوەیەی دەتوانم باسی بکەم، بەهایەکم هەبوو! هێندەی نەبرد حەزم بۆ جەختکردنەوە لە خودی خۆم گۆڕدرا بۆ ڕەفتارێکی عەقڵی کە خۆی لە قەبەکردنی خود و نازکێشانی و تێرکردنی ئارەزووەکانیدا دەبینییەوە، وا هەستم دەکرد مافی خۆمە کە هەر کار و قسەیەک بمەوێت؛ بیکەم و بیڵێم، هەروەها مافی خۆمە لە جێی متمانەی خەڵکیدا نەبم و هەستەکانی خەڵکی فەرامۆش بکەم، پاشان بیانووی لاواز و هیچی بۆ بهێنمەوە.

ڕاستە ئەو ماوەیە ساتی چێژبەخش و وروووژێنەری تێدا بوو، ڕاستە هەندێک ئافرەتی جوان و سەرنجڕاکێشم بینی، بەلام ژیانم بە درێژایی ئەو ماوەیە لەکەدار بوو، تا ئەم ئاست یان ئەو ئاست. زۆربەی کات من کارم نەدەکرد، لەسەر قەنەفەی ماڵی هاوڕێکانم یان لەلای دایکم دەخەوتم، زیاد لەوەی پێویست بوو بیخۆمەوە؛ دەمخواردەوە، پەیوەندییەکانم لەگەڵ هەندێک لە هاوڕێکانم لەدەست دەدا، کاتێک ئافرەتێکم دەبینی کە بەڕاستی سەرسامی دەکردم؛ ڕۆچوونی نەفسم بەس بوو بۆ ئەوەی بەخێرایی هەموو شتێک بشێوێنێت.

هەتا ئازارەکە قووڵتر بێت، هەستکردنمان بە بێدەسەلاتی؛ زیاتر دەبێت و هەستی بەرکەوتەییمان زیاتر دەبێت بۆ ئەوەی

ئەو کێشانەی پێ قەرەبوو بکەینەوە. ئەم هەستی زیادەڕۆیی لە بەرکەوتەییە، بە یەکێک لەم دوو شێوەیە دەردەکەوێت:

١. من کەسێکی نایابم، ئێوەش بێدەسەڵاتن و هیچ بەهایەکتان نییە. بەو شێوەیە، من شیاوی مامەڵەکردنێکی تایبەتم.

٢. من بێدەسەڵاتم و هیچ بەهایەکم نییە، ئێوەش هەمووتان نایابن. لە ئەنجامدا: من شیاوی مامەڵەکردنێکی تایبەتم.

ئەم دوو جۆرە عەقلیەتە کە لە ڕووکەشدا جیاوازن، بەڵام هەمان ناوەرۆکی خۆپەرستییان تێدایە. لە ڕاستیدا زۆرینەی کات دەبینیت ئەو کەسانەی خاوەنی هەستی لەڕادەبەدەری بەرکەوتەیین؛ لەنێوان ئەم دوو حاڵەتەدا دەسووڕێنەوە، یان ئەوەتا لە لوتکەی جیهاندایت، یان ئەوەتا هەموو جیهان لەسەروو تووەن، ئەوەش بەپێی هەموو ڕۆژێک لە ڕۆژەکانی هەفتە، یان بەپێی هەر ساتێک لە ساتەکان کە سەرکەوتنێکت بۆ دێتە پێش.

خەڵکی لەسەر حەقن کاتێ کەسانێکی هاوشێوەی جیمی بە مرۆڤێکی تا ئەوپەڕی بێنرخ و خۆپەرست دەبینن، ئەمەش لەبەر ئەوەی لە تێڕوانینی خەیاڵییانەی بۆ خۆیدا؛ کەسێکی زۆر بەتوانا و لێوەشاوەیە. بەڵام ئەوەی زۆربەی خەڵکی لە هەڵسەنگاندنیدا هەڵە دەکەن و بە هەستی لەڕادەبەدەری بەرکەوتەیی دەبینن، دۆخی ئەو کەسانەیە کە هەمیشە هەست دەکەن لە خەڵکی کەمترن و مافی ئەوەیان نییە لەم جیهانەدا بژین.

ئەمە دەڵێم، چونکە شیکردنەوەی هەموو شتێک لە ژیاندا بەو شێوەیەی هەمیشە لەو شتانەی لە دەوروبەرتدا ڕوو دەدەن تۆ قوربانی بیت پێویستی بە بڕێک لە خۆپەرستی هەیە کە کەمتر نییە لە حاڵەتە پێچەوانەکەی. هەروەها پێویستی بە هەمان بڕ لە وزە و فووتێکردنی خەیاڵییانە بۆ خود هەیە، بۆ ئەوەی مرۆڤ بەجێگیری

Scanned with CamScanner

لەسەر ئەو باوەڕە بمێنێتەوە کە ئەو کێشانەی بەدەستیانەوە دەناڵێنێت چارەسەریان نییە، ئەمەش وزەیەکی کەمتر نییە لەو وزەیەی پێویستە تا مرۆڤ وا هەست بکات لە بنەڕەتدا هیچ کێشەیەکی نییە.

لە ڕاستیدا هیچ شتێک نییە پێی بڵێن کێشەی تایبەتی کە تەنها لەلای تۆ هەبێت و لای کەسی تر نەبێت، ئەگەر کێشەیەکت هەیە؛ ئەوە ڕێی تێدەچێت ملیۆنان کەسی تر هەمان کێشەی تۆیان هەبووبێت لە ڕابردوودا، یان ئێستا هەیانە، یان لە داهاتوودا دەیانبێت، لەوانەشە لەناو ئەوانەدا کەسانێک هەبن کە بیانناسیت.

ئەمە بە واتای بەکەمزانینی کێشەکە نایەت، مانای ئەوەش نییە کە نابێت بەئازار بێت بۆ تۆ، هەروەها مانای ئەوەش نییە ئەگەری ئەوە نەبێت کە تۆ لە هەندێک بارودۆخدا قوربانییەکی ڕاستەقینە نەبێت.

ئەمە هیچ واتایەک هەڵناگرێت، جگە لەوەی کە تۆ کەسێکی تایبەتی دەگمەن نییت کە جیاواز بیت لە کەسانی تر.

زۆر کات ئەم تێگەیشتنە (تێگەیشتنی ئەوەی کە تۆ، تۆ و کێشەکانت، جیاواز نین لە بارەی توندی یان ئازاربەخشیی کێشەکانەوە)، یەکەمین و گرنگترین هەنگاوە بە ئاراستەی چارەسەرکردنی ئەو کێشانە.

بەڵام وا دیارە بە هۆکارێک ئەوانەی ئەمە لەبیر دەکەن؛ ژمارەیان لە زیادبووندایە، بەتایبەت لەناو گەنجاندا. ژمارەیەکی زۆر لە پەروەردەکاران و مامۆستایان، تێبینیی کەموکورتییان لە نەرمینواندنی سۆزداریدا و زیادبوونێک لە داواکارییە خۆپەرستییەکاندا کردووە لەناو گەنجانی ئەمڕۆدا. لە سەردەمی ئێمەدا شتێکی زۆر سەیر نییە کە کتێبێک لە کتێبەکانی پرۆسەی

Scanned with CamScanner

خوێندن لا ببرێت لەبەر هۆکارێکی دیاریکراو نا، بەڵکوو تەنها لەبەر ئەوەی کەسێک حەزی لێی نییە. هەروەها هاوار دەکرێت بەسەر قسەکەر و مامۆستایاندا بۆ ئەوەی لەسەر دوانگەکان بێنە خوارەوە، پاشان ڕێگایان پێ نادرێت بچنە ناو حەرەمی زانکۆکانەوە، بە هۆکاری سنووربەزاندن یان هەڵەی زۆر بچووک و سادەی هاوشێوەی ئاماژەدان بەوەی پێویست ناکات هەندێک لە پۆشاکەکانی هالۆوین تا ئەو ئاستە شەڕەنگێزانە بن. ڕاوێژکارە دەروونییەکان لە قوتابخانەکاندا تێبینیی زیادبوونی ئەو قوتابییانە دەکەن کە زیاتر لە هەر کاتێک؛ نیشانەی قورسیی گرژیی دەروونی و هەڵچوونیان لێ دەردەکەوێت، بە هۆی ڕووداوی ئاسایی لە سەردەمی خوێندنیاندا؛ هاوشێوەی مقۆمقۆ لەگەڵ هاوڕێیەک یان هێنانی نمرەیەکی کەم لە تاقیکردنەوەی یەکێک لە وانەکاندا.

جێی سەرسوڕمانە لەم سەردەمەی پەیوەندییەکانمان لە هەموو کات زیاترن، کەچی ئەو هەستی لەڕادەبەدەری بەرکەوتەییە ئاستی لە ڕابردوو بەرزترە. لە ڕووکەشدا لە تەکنەلۆژیای نوێدا کە ڕێگا دەدات هەستکردنمان بە نائارامی یان کەمیی ئارامیی بە شێوەیەکی بەرچاو زیاد بکات کە پێشتر نەمانزانیوە. هەتا ئازادییەکی زیاترمان هەبێت بۆ دەربڕین لە بارەی خۆمانەوە، زیاتر حەزمان لە ڕزگاربوون دەبێت لەوەی ناچار بین مامەڵە لەگەڵ هەر مرۆڤێکدا بکەین کە لەوانەیە جیاواز بێت لەگەڵمان یاخود بە جۆرێک ببێتە هۆی هەراسانبوونمان. هەتا زیاتر بزانین لە بارەی بۆچوونە دژیەکەکانەوە، زیاتر هەراسانی دەردەبڕین بە ڕووی ئەو بۆچوونانەی دژ بە بۆچوونی ئێمەن. هەتا ژیانیشمان ئاسانتر و بێکێشەتر بێت، زیاتر بە مافی خۆمانی دەزانین کە ئەو کێشانە کەمتر و کەمتر بێنەوە.

Scanned with CamScanner

هەرگیز گومان نییە لەو هەموو شتە نایابانەی ئینتەرنێت و هۆکارەکانی پەیوەندیی کۆمەڵایەتی پێمان دەبەخشێت. لە زۆر ڕووەوە، دەتوانین بڵێین ژیان لەم سەردەمەی ئێمەدا؛ لە هەموو سەردەمەکانی تری مێژوو باشترە، بەڵام لەوانەیە ئەم تەکنەلۆژیایە هەندێ زیانی لاوەکیی کۆمەڵایەتیی بێمەبەستیشی هەبێت، لەوانەیە هەر خودی ئەو تەکنەلۆژیایەش بێت کە ئازادی کردووین و لە هەمان کاتدا زۆر فێری کردووین هەستی لەڕادەبەدەری بەرکەوتەییمان لە هەموو کاتێک زیاتر برەو پێ بدەین!

زیادەڕەویی هەڵاوێردەیی

زۆرینـەی خەڵکی بە ئاستێکی مامناوەند چێژ لە زۆربـەی شتەکان وەردەگـرن کە ئەنجامیان دەدەن، تەنانەت ئەگەر تۆ کەسێکی هەڵاوێردەش بیت لە هەندێک کاروباردا؛ ئەگەری زۆری هەیە تۆ کەسێکی ئاسایی بیت یان تەنانەت لە هەندێک حاڵەتی تردا لەخوار ئاساییەوە بیت، ئەمە سروشتی ژیانە. بۆ ئەوەی مەزن بیت لە یەکێک لە کاروبارەکاندا، پێویستە وزە و کاتێکی زۆر و زۆرتر تەرخان بکەیت لە پێناو ئەو کاروبارە. لەبەر ئەوەی هەریەک لە ئێمەش وزە و کاتێکی سنووردارمان هەیە، بۆیە ژمارەیەکی کەممان بەڕاستی دەتوانین ببینە هەڵاوێردە لە زیاتر لە کاروبارێکدا، ئەمەش ئەگەر هەر لە بنەڕەتدا بتوانین ببینە کەسێکی هەڵاوێردە.

لەم حاڵەتەدا دەتوانین بڵێین لە ڕووی ئامارییەوە هەرگیز ڕێی تێناچێت کەسێک هەبێت کە لە هەموو بوارەکانی ژیاندا لەوپەڕی تواناندا بێت، یان تەنانەت لە ژمارەیەکی زۆر لە بوارەکانی ژیانیش. زۆر کات پیاوانی کاری سەرکەوتوو، لە ژیانی تایبەتییاندا تەواو

Scanned with CamScanner

شکستخواردوون. زۆربەی کات وەرزشەوانە نایابەکان بێتوانا و نەزانن لە بیرکردنەوەدا، هەندێکیان وەک بەردێکی گەورەی بێعەقل وان. زۆرێک لە کەسانی ناودار بوونیان هەیە کە ئەگەری زۆر هەیە هیچ شارەزاییەکیان نەبێت لە ژیاندا، هاوشێوەی ئەو کەسانەی چاویان تێ بڕیون و لاسایی هەموو جووڵە و هەنگاوێکیان دەکەنەوە.

ئێمە هەمووومان یان زۆرینەی هەرە زۆرمان مرۆڤی مامناوەندی ئاساییین، بەڵام حاڵەتی سنووردار هەیە کە ناوبانگی تەواوی بۆ پەیدا دەبێت. ئێمە بە جۆرێک ئەوە دەزانین، بەڵام بیری لێ ناکەینەوە و بەدەگمەن نەبێت؛ باسیشی ناکەین، هەروەک گفتوگۆی ئەو لایەنانە ناکەین کە لەوانەیە کێشەی لێ دروست ببێت.

بوونی ئینتەرنێت و گوگڵ و فەیسبوک و تویتەر، لەگەڵ دەستگەیشتن بە زیاتر لە پێنج سەد کەناڵی تەلەڤزیۆنی؛ شتێکی نایابە بەڕاستی. بەڵام ئاگاییەکانمان سنووردارن، هیچ ڕێگایەکمان لەبەر دەستدا نییە کە ڕێمان بدات چارەسەری ئەم هەموو زانیارییانە بکەین کە بە شێوەیەکی بەردەوام داماندەگرێت. لێرەوە «یەکەکانی زانیاری» کە سەرکەوتوو دەبن لە ڕاکێشانی ئاگاییمان؛ بەڕاستی یەکەی هەڵاوێردەن، ئەمەش لە ڕێژەی یەک لە سەد هەزار تێپەڕ ناکات.

بە درێژایی ڕۆژ، هەموو ڕۆژێک، بڕی زەبەلاح لەو شتە هەڵاوێردانەمان بۆ دێت، باشترینی باشترینەکانمان بۆ دێت، خراپترینی خراپترینەکانیشمان بۆ دێت، گەورەترین دەستکەوتە وەرزشییەکانمان بۆ دێت، لەگەڵ بەهێزترین نوکتەکان؛ زۆرترین هەواڵی بێزارکەریش، شڵەژێنەرترین مەترسییەکانیش... هەموو ئەمانەمان بۆ دێت بەبێ هیچ وەستانێک.

Scanned with CamScanner

ژیانی ڕۆژانەمان پڕ دەبێت لە زانیاریی هاتوو لەوپەڕی هەردوو ئاستەکانی بواری ئەزموونی مرۆیی فراوان، چونکە لە بواری ڕاگەیاندندا ئەمە سەرنج ڕادەکێشێت، لەبەر ئەوەی هەر شتێک سەرنج ڕابکێشێت؛ پارە ڕادەکێشێت. ئەمەیە ڕاستیی بابەتەکە، بەڵام ڕێژەی زۆرینە لە ژیانی ڕۆژانەدا لە ناوچەی ناوەندیدایە. ڕێژەی گەورە لە ژیانی ڕاستەقینەدا هەڵاوێردە نین بە هیچ واتایەک لە واتاکان، بەڵکە بەتەواوی ئاساییە.

ئەم لافاوی زانیارییە سنوورەکییە توندڕەوە بە جۆرێک ئێمەی دارشتووەتەوە، کە وا گومان بەرین هەڵاوێردەبوون ڕێکخەری نوێیە بۆ هەموو شتێک.

لەبەر ئەوەی ئێمەش زۆربەی کات مرۆڤێکی ئاساییین؛ ئەوا لافاوی زانیارییە هەڵاوێردەکان پاڵمان پێوە دەنێت بەرەو هەستکردن بە بێبەشبوون و کەمبوونەوەی ئاسایش، لەبەر ئەوەی ڕوونە کە ئێمە (بە جۆرێک لە جۆرەکان) وەکوو ئەو جۆرە کەسانە نین، وەکوو پێویست باش نین، لەبەر ئەوە ئێمە زیاتر و زیاتر هەست بە پێویستیمان بۆ قەرەبووکردنەوە دەکەین، ئەویش لە ڕێگای هەستکردن بە بەرکەوتەیی لەڕادەبەدەر. لە ڕێی ئالوودەبوونیشەوە لەگەڵ ئەو دۆخەدا دەگونجێین لە ڕێی ئەو تاکە شێوازەی هەموومان دەزانین بەکاری بهێنین: یان لە ڕێگای گەورەکردنی خۆمان، یان لە ڕێگای گەورەکردنی ئەوانی ترەوە.

هەندێک کەس ئەمە دەکەن لە ڕێگای «کولاندنی» پلانی سەیروسەمەرە بۆ خێرا دەوڵەمەندبوون، کەسانێکی تر دەیکەن لە ڕێگای گەشتکردن بە جیهاندا بۆ ڕزگارکردنی ئەو منداڵانەی لە ئەفەریقا بە هۆی برسێتییەوە دەمرن، ئەوانی تریش لە ڕێگەی سەرکەوتن لە قوتابخانە و بردنەوەی هەموو خەڵاتەکانەوە،

Scanned with CamScanner

کەسانێکی تریش لە ڕێگای تەقەکردن بەناو قوتابخانەیەکدا، کەسانێکی تریش لە ڕێگای سێکسکردن لەگەڵ هەر شتێک کە هەناسە بدات و قسە بکات!

ئەمە هەموو دەربڕینە ڕوونەکانە لە بارەی گەشەکردنی ڕۆشنبیریی هەستی بەرکەوتەیی لەرادەبەدەری کە ئێستا باسی لێوە دەکەین. زۆر کات تاوانی ئەم گۆڕانە ڕۆشنبیرییە دەخرێتە ئەستۆی ئەو نەوەیەی گەیشتووەتە تەمەنی پێگەیشتن لە سەرەتای هەزارەی سێیەمدا، بەڵام هۆکارەکەی لەوانەیە ئەوە بێت کە ئەم نەوەیە زۆرترین پەیوەندی و زۆرترین بەرچاوکەوتنیان هەبووە. لە ڕاستیدا ئارەزووکردن بە ئاراستەی هەستی بەرکەوتەیی لەرادەبەدەر؛ لە هەموو کەرتەکانی کۆمەڵگەدا بەڕوونی دیارە، پێشم وایە پەیوەندییەکی پتەوی لەگەڵ هەڵپەکردن بۆ هەموو هەڵاوێردەکاندا هەیە، ئەو هەڵپەیەی کە هۆکارەکانی ڕاگەیاندنی جەماوەری پەلکێشمان دەکەن بۆ لای.

کێشەکە ئەوەیە کە بڵاوبوونەوەی فراوانی تەکنەلۆژیای پەیوەندییەکان و پەلکێشکردنی جەماوەری؛ تێڕوانینی زۆرینەی خەڵکی بۆ خۆیان دەگۆڕن، ئەم ڕۆچوونە بە هەموو شتێک کە هەڵاوێردەیە؛ وا لە خەڵک دەکات بەرامبەر خۆیان هەست بە خراپی بکەن و وایان لێ دەکات هەست بکەن پێویستییەکی زۆریان هەیە بەوەی جیاوازتر بن، ڕادیکاڵیتر بن، زیاتر جەخت لە بوونی خۆیان بکەنەوە بۆ ئەوەی ببینە کەسانی دیار، یان ببنە کەسانێک کە گرنگییان هەبێت یان جیاوازییەکی دیاریکراویان هەبێت، جا ئەو گرنگییە هەر چۆنێک بێت و ئەو جیاوازییە هەر چییەک بێت.

کاتێ گەنج بووم لە سەرەتاکانی تەمەنمدا، هەستکردنم بە نەمانی ئاسایش لە بارەی کاروبارە تایبەتییەکانمەوە؛ بەرەو زیادبوون

دەچوو، بەڵکوو کەڵەکە دەبوو، ئەمیش لە ئەنجامی ئەو چیرۆکە بیمانایانەی باسی پیاوەتییان دەکرد، کە لە ڕۆشنبیریی (بۆب)دا بەبلاوی دەستاودەستیان پێ دەکرا. تا ئێستاش ئەو چیرۆکانە بەربڵاون: بۆ ئەوەی ببیتە گەنجێکی سەرنجڕاکێش، پێویستە وەکوو ئەستێرەکانی ڕۆک ئاهەنگ بگێڕیت. بۆ ئەوەی بەڕێز بیت، پێویستە جێگای سەرنجڕاکێشانی ئافرەتان بیت. ئەمەش سەرەڕای ئەو چیرۆکەی کە سێکس بەبەهاترین شتە کە پیاوێک بتوانێت بەدەستی بهێنێت، کە شیاوی ئەوەیە هەموو شتێکی بۆ بکەیتە قوربانی تا بەدەستی بهێنێت (لە ناویشیاندا شکۆمەندیی خۆت).

ئەم ڕەوتە بەردەوامەی ڕاگەیاندنی ناواقیعی، هەستکردنمان بە نائارامی زیاتر دەکات لە ڕێگای بەرکەوتنمان لەگەڵ ئەو پێوەرە ناواقیعییانەی کە ناتوانین شانبەشانیان هەنگاو بنێین. ئێمە هەست بەوە ناکەین کە تەنها ڕووبەڕووی کۆمەڵێک کێشەی بێ چارەسەر نەبووینەتەوە، بەڵکوو خۆیشمان وەک شکستخواردوو دەبینین، لەبەر ئەوەی لە ئەنجامی گەڕانێکی سادە لە گوگڵدا؛ هەزاران کەس دەبینین کە کێشەی هاوشێوەی کێشەکانی ئێمەیان نییە.

تەکنەلۆژیا جێگای کێشە ئابوورییە کۆنەکان دەگرێتەوە، لە ڕێگای هێنانی کێشەی دەروونیی نوێ بۆمان. ئینتەرنێت تەنها ئەو زانیارییانەمان پێشکەش ناکات کە سەرچاوەکانیان کراوەن، بەڵکوو هەستکردن بە کەمیی ئارامی و گومانلەخۆکردن و هەستکردن (سەرچاوەی کراوە) بە شەرممان پێشکەش دەکات.

بەڵام ئەگەر تایبەت و هەڵاوێردە نەبم، ئەی ئامانجم چییە؟

ئەمڕۆ ئەوە بووە بە بەشێک لە کلتوورمان کە باوەڕمان هەبێت بەوەی لەوانەیە هەریەک لە ئێمە لە داهاتوودا بەڕاستی کارێکی هەڵاوێردە بکات، ئەمە کەسە ناودارەکان وا دەڵێن، هەروەها

Scanned with CamScanner

گەورەپیاوانی کەرتی کاریش وا دەڵێن، سیاسییەکانیش وا دەڵێن، بەڵکوو (ئۆپرا وینفری)ش هەر وا دەڵێت (واتە ئەمە بەدڵنیاییەوە ڕاستە!). دەکرێت هەریەک لە ئێمە ببێتە کەسێکی سەرکەوتووی هەڵاوێردە، ئێمە شیاوی مەزنیین، هەموومان.

بەڵام لە ڕاستیدا ئەم بیرۆکەیە دژیەکییەکی خودیی ئاشکرای تێدایە کە بەسە بۆ هەڵوەشانەوەی (لە کۆتایی ڕێگادا ئەگەر هەموو کەسێک هەڵاوێردە بێت، کەواتە بە پێناسە هیچ کەسێک هەڵاوێردە نییە)، هەموو کەسێک ناتوانێت لێی بەئاگا بێت، لەبریی پرسیارکردن لە بارەی ئەوەی بەڕاستی بەرکەوتەی خۆمانە، یان ئەوەی بەرکەوتەمان نییە، بەڵام ئێمە ئەو پەیامە قووت دەدەین، پاشان داوای زیاتر دەکەین. ئێستا بوونی کەسێک بەئاسایی یان مامناوەندی بووەتە پێوەرێکی نوێ بۆ شکست. خراپترین شت کە بتوانیت بەدەستی بهێنیت ئەوەیە کە لە ناوەندی ڕانەکەدا بێت، لە ناوەندی بوارە ئامارییەکەدا! کاتێکیش پێوەری کلتووری سەرکەوتن دەبێتە ئەوەی «هەڵاوێردە بێت»، ئەوا باشترین شت ئەوە دەبێت لە کۆتایی خوارەوەی چەماوە بەیانییەکەدا بێت نەک لە ناوەڕاستیدا، چونکە لەو حاڵەتەدا تۆ دەبێتە کەسێکی تایبەت، سەرنجەکان بۆ خۆت ڕادەکێشیت. زۆرینەی خەڵک ئەو ستراتیژە هەڵدەبژێرن، ئەمەش لەبەر ئەوەی لەبەردەم هەموو خەڵکیدا بیسەلمێنن کە لە هەمووان بەدبەختترن، یان لە هەمووان چەوساوەترن، یان لە هەمووان زیاتر ئازاریان چەشتووە، یان تەنانەت لە هەموویان خراپترن.

زۆرینەی خەڵکی ترسیان هەیە لە قبوڵکردنی نزمیی حاڵەتەکەیان، چونکە پێیان وایە قبوڵکردنەکەی سەر دەکێشێت بۆ بەدەستنەهێنانی هیچ دەستکەوتێک، هەروەها بەدینەهێنانی هەر

پێشکەوتنێک، ترسیان هەیە هەموو ژیانیان لە تێڕوانینی هەموو خەڵکیدا هیچ مانایەکی نەمێنێت.

ئەمە جۆرە بیرکردنەوەیەکی ترسناکە، کاتێ گریمانەی ئەوە قبوڵ دەکەیت کە ژیان بەهای نابێت ئەگەر جیاواز و مەزن نەبێت، تا ئەو کاتەی مانای ئەوە بە جۆرێک دەبێت لە بنەڕەتەوە ئەو ڕاستییەت قبوڵ بێت کە زۆرینەی بنیادەمەکان شکستخواردوون و هیچ بەهایەکیان نییە (لە ناویشیاندا تۆ)، لەوانەشە ئەم عەقڵیەتە بەخێرایی بگۆڕێت بۆ شتێکی مەترسیدار لەسەر خۆت و خەڵکانی تریش.

بەڵام کەسە دەگمەنەکان کە لە شتێکدا هەڵاوێردەن، ئەوان لەبەر ئەوە وا ناکەن کە خۆیان بە هەڵاوێردە دەبینن، تەواو بەپێچەوانەوە: ئەوان دەبنە کەسانی سەرنجڕاکێش، لەبەر ئەوەی لە هەستی گەشەپێدان و باشکردنی خۆیاندان. ئەم هەستە لە باوەڕێکی دامەزراوی خۆیانەوە سەرچاوەی گرتووە، بەوەی لە ڕاستیدا ئەوان کەسانی مەزن نین، ئەمە هەستی لەڕادەبەدەری بەرکەوتەیی لەناو دەبات. ئەو کەسانەی لە شتێکی دیاریکراودا دەگەنە پلەی مەزنی، مەزن دەبن لەبەر ئەوەی تێدەگەن لەوەی ئەگەر لە بنەڕەتدا بەو شێوەیە بوونایە... ئەوان کەسانی ئاسایین، دۆخیان ئاساییە، ناوەندین...، بەڵام وای دەبینن کە توانایان هەیە لەوە باشتر بن.

هەموو ئەو قسانە لە بارەی ئەوەی «هەموو مرۆڤێک دەتوانێت هەڵاوێردە بێت و شتی گەورە بەدەست بهێنێت»، هیچ نین جگە لە گەمەکردنێک لەلای خۆت. ئەوە پەیامێکی بەتاموچێژە لە کاتی خواردنیدا، بەڵام لە ڕاستیدا خواردنێکی بەتاڵە لە هەر گەرمۆکەیەک کە وات لێ دەکات لاواز و فوتێکراو بیت لە ڕووی سۆزداری و

Scanned with CamScanner

هەڵچوونەوە... ئەوە «لەفەیەکی ماک دۆناڵدزی گەورە»ی گوتارییە بۆ خۆراکپێدانی دڵ و عەقڵت.

کلیلی تەندروستیی عەقڵیت (هاوشێوەی کلیلی تەندروستیی جەستەیی)، بریتییە لە خواردنی بڕی پێویست لە سەوزە... واتە قبوڵکردنی ڕاستییە ئاساییەکانی ژیان: ڕاستییەکانی لە شێوەی «کارەکانت لە ڕاستیدا گرنگییەکی گەورەیان نییە لەسەر شتە گشتییەکان» و «بەشی هەرە گەورەی ژیانمان بێزارکەر دەبێت و شتێکی وای تێدا نابێت کە سەرنج ڕابکێشێت، بەڵام ئەمە کێشەی تێدا نییە». دەبینیت تامی ژەمێکی سەوزەواتی لەو شێوەیە لە سەرەتادا خۆش نابێت، زۆر بەبێنرخی دەیبینیت، هەوڵ دەدەیت قبوڵی نەکەیت.

بەڵام هەرکە ژەمەکە هەرس دەکەیت، لە بەیانیی دواتردا لەشت بەخەبەر دێت، هەست بە وزە و جووڵەیەکی زیاتر دەکات و لانی کەم ئەو فشارە بەردەوامەی کە هەمیشە پاڵت پێوە دەنێت کە ببیتە کەسێکی سەرنجڕاکێش یان ببیتە شتێکی گەورە؛ لەپشتت داگیراوە، پاشان ئەو فشارە دەروونی و دڵەڕاوکێیەی لە ئەنجامی هەستکردنی بەردەوامت بە نەبوونی لێوەشاوەیی و پێویستیی خۆسەلماندنت، پاشان زانیاریت بە بوونە دنیاییەکەت و قبوڵکردنت بۆ ئەو بوونە؛ ڕزگارت دەکات تا ئەوەی شتانێک بەدەست بهێنیت کە بەڕاستی پێت خۆشە بەدەستیان بهێنیت بەبێ کاریگەربوون بە بڕیارەکانی خەڵکانی تر و پێشبینیکردنی گەورەی بێبنەما.

پاشتر نرخاندنێکی گەشەکردووت لا دروست دەبێت بۆ ئەزموونە بنەڕەتییەکانی ژیان: دڵخۆشیی هاوڕێیەتیی سادە، هەروەها دڵخۆشیی داهێنانی شتێک یان یارمەتیدانی کەسێک لە نارەحەتیدا یان خوێندنەوەی کتێبێکی نوێ یان پێکەنین لەگەڵ

Scanned with CamScanner

کەسێک کە بەلای تووە گرنگە.

ئایا ئەم شتانە نارەحەتت دەکەن؟ لەبەر ئەوەی شتانی ئاساییں. بەلام لەوانەیە ئاسایی بێت لەبەر خاڵێکی گرنگ: ئاسایی، لەبەر ئەوەی هەموو ئەو شتانەیە کە بەڕاستی گرنگییان هەیە.

Scanned with CamScanner

بەندی چوارەم
بەهای ناڕەحەتییەکان

لە ٢٦ی کانوونی یەکەمی ساڵی ١٩٤٤، ملازم هیرۆ ئۆنۆدا ئەفسەر لە سوپای ئیمپراتۆریەتی یابانی، نێردرا بۆ دوورگەی لوبانگی بچووک لە فلیپین. ئەو فەرمانانەی بۆی هاتبوو، داوایان دەکرد بەرەوپێشچوونەکانی سوپای ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمەریکا تا ئەوپەڕی توانا هێواش بکاتەوە، دامەزراوی و شەڕکردن بوو جا باجەکەی هەرچییەک بێت، هەرگیز خۆیان بەدەستەوە نەدەن. ئەو ملازمە و فەرماندەکەی تەواو ئەوەیان دەزانی کە ئەوە لە ڕاستیدا کردەوەیەکی خۆکوژییە.

لە مانگی شوباتی ١٩٤٥، سوپای ئەمەریکا گەیشتنە دوورگەی لوبانگ و بە هێزێکی لەبنەهاتووەوە دەستیان بەسەردا گرت. بە ماوەی چەند ڕۆژێکی دیاریکراو، زۆرینەی سەربازانی سوپاکەی یابان کوژران یان خۆیان بەدەستەوە دا، بەلام ئۆنۆدا و سیان لە پیاوەکانی سەرکەوتوو بوون لەوەی لەناو دارستانەکەدا خۆیان حەشار بدەن، لەوێوە هێرشی پارتیزانییان دەکرد لە دژی هێزەکانی ئەمەریکا و هێرشیان دەکردە سەر هێڵەکانی گەیاندنی یارمەتی

و تەقەی تاکیان لە سەربازەکان دەکرد و بە هەر شێوەیەک بیانتوانیایە؛ هێرشیان دەکردە سەر هێزەکانی ئەمەریکا.

لە مانگی ئابی ئەو ساڵەدا، واتە لەپاش شەش مانگ، ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمەریکا دوو بۆمبی ئەتۆمیی بەسەر هێرۆشیما و ناکازاکیدا خستە خوارەوە.

یابان خۆی دا بەدەستەوە، بەمەش قورسترین شەڕ لە مێژوودا گەیشتە کۆتاییەکی کارەساتبار.

بەلام هەزاران سەربازی یابانی هێشتا پەرشوبلاو بوون لە زۆر لە دوورگەکانی زەریای هێمن، زۆرینەیان لەناو دارستانەکاندا خۆیان حەشار دابوو هاوشێوەی ملازم ئۆنۆدا، ئەوانە نەیانزانیبوو کە جەنگ کۆتایی هاتووە، هەروەکوو پێشوو لە شەڕکردنی خۆیان بەردەوام بوون، لە ڕاستیدا ئەمە کێشەیەکی گەورە بوو لەبەردەم دووبارە بنیاتنانەوەی خۆرهەلاتی ئاسیا لەدوای جەنگ، حکومەتەکان لەسەر پێویستیی ئەنجامدانی کارێک ڕێک کەوتن.

حکومەتی ئەمەریکا بە هاوبەشی لەگەڵ حکومەتی یابان، هەزاران بلاوکراوەیان لە ناوچەی زەریای هێمن خستە خوارەوە کە تیایدا ڕایانگەیاندبوو جەنگ کۆتایی هاتووە و کاتی ئەوەیە هەر کەس بڕواتەوە بۆ ماڵی خۆی. هەروەک زۆر کەسی تر، ئۆنۆدا و پیاوەکانی دەستیان بە هەندێک لەو بلاوکراوانە گەیشت، بەلام (بە پێچەوانەی هەمووانەوە) ئەو بەدرۆی خستەوە و پێی وا بوو ئەمە تەڵەیەکی هێزەکانی ئەمەریکایە بۆ ئەوەی سەربازە خۆحەشاردەرەکان خۆیان ئاشکرا بکەن. ئۆنۆدا ئەو بلاوکراوانەی سووتاند و بەحەشاردراوی مایەوە و بەردەوام بوو لەسەر شەڕکردن.

پێنج ساڵ تێپەڕی، خستنەخوارەوەی بلاوکراوەکان ڕاوەستا،

Scanned with CamScanner

بەشی هەرە زۆری هێزەکانی ئەمەریکا گەڕانەوە بۆ نیشتمان. خەڵکی دورگەی لۆبانگ ویستیان بگەڕێنەوە سەر ژیانی ئاسایی خۆیان؛ ژیانی کشتوکاڵ و ڕاوەماسی، بەڵام هیرو ئۆنۆدا و پیاوەکانی بەردەوام بوون لە تەقەکردن لێیان و سووتاندنی بەروبوومەکانیان و زەوتکردنی ئاژەڵەکانیان و کوشتنی ئەو کەسانەی هەڵدەگەڕانەوە و دەهاتنە ناو دارستانەکەوە. لەو کاتەدا حکومەتی فلیپین بڕیاری دا بە دەرکردنی بڵاوکراوەی نوێ و دابەشکردنی بەناو دارستانەکاندا، ئەو بڵاوکراوانە دەیانوت: بچنە دەرەوە! شەڕ کۆتایی هاتووە، ئێوە شەڕەکەتان دۆڕاند.

بەڵام ملازم ئەم بڵاوکراوانەشی پشتگوێ خست.

لە ساڵی ١٩٥٢، حکومەتی یابان هەوڵی کۆتایی دا بۆ کشاندنەوەی دوایین سەربازە خۆحەشاردەرەکان لە شوێنەکانی خۆحەشاردانیان لە دوورگەکانی زەریای هێمن، ئەم جارەیان وێنە و نامەی کەسوکاری ئەو سەربازانەیان لە ڕێگای فڕۆکەوە خستە خوارەوە، سەرەڕای نامەیەکی تایبەتی ئیمپراتۆری یابان خۆی، دووبارە ئۆنۆدا ڕەتی کردەوە باوەڕ بە ڕاستی و دروستیی ئەو هەواڵانە بکات، ئەم جارە بەتەواوی باوەڕی جێگیر بوو کە خستنەخوارەوەی ئەو نامانە هیچ نین، جگە لە فێڵی ئەمەریکییەکان. سەرلەنوێ ئۆنۆدا لەگەڵ سەربازەکانی درێژەی دا بە شەڕکردن.

چەند ساڵێکی تریش تێپەڕی، خەڵکی ئەو ناوچەیەی فلیپین بێزار بوون لە ترسانی بەردەوامیان لەو دۆخە و چەکیان هەڵگرت و کەوتنە شەڕکردن لەگەڵ ئەو سەربازانە. لە ساڵی ١٩٥٩ یەکێک لە هاوەڵانی ملازم ئۆنۆدا خۆی دا بەدەستەوە، یەکێکی تریش کوژرا. لەدوای دە ساڵ لەو ڕووداوەش، دوایین هاوەڵی ئۆنۆدا (کە ناوی کۆزۆکا بوو) لە میانەی شەڕەتەقە لەگەڵ پۆلیسدا کوژرا، لە کاتێکدا

سەرقاڵی سووتاندنی کێڵگەکانی برنج بوو... پاش چارەکەسەدەیەک لە کۆتاییهاتنی جەنگی جیهانیی دووەم، تا ئێستاش خەڵکی ناوچەکە بەردەوامن لە شەڕکردن.

بەڵام ئۆنۆدا کە زیاتر لە نیوەی تەمەنی لە دارستانەکاندا بردە سەر، لە دوورگەی لۆبانگ خۆی بەتەنها مایەوە.

لە ساڵی ١٩٧٢، یابان هەواڵی کوژرانی کۆزۆکای پێ گەیشت و ئەمەش ئاژاوەیەکی دروست کرد. گەلی یابانی وایان دەزانی پێش چەند ساڵێک دوایین سەربازی سەردەمی جەنگ گەڕاوەتەوە بۆ وڵاتەکەی. دەزگاکانی ڕاگەیاندنی یابان ئەم پرسیارەیان دەورووژاند: ئەگەر کۆزۆکا هەتا ساڵی ١٩٧٢ لە دوورگەی لۆبانگ مابێتەوە، کەواتە دەبێت خودی ملازم ئۆنۆدا، واتە دوایین سەربازی یابانیی سەردەمی جەنگی جیهانیی دووەم هێشتا بەزیندوویی مابێتەوە. هەر لەو ساڵەدا حکومەتەکانی یابان و فلیپین چەند تیمێکیان نارد بۆ گەڕان بۆ ئەو ملازمە، ئەو مەتەڵەی بووبووە ئەفسانە و پاڵەوان و تارماییەک.

بەڵام کەسیان نەدۆزییەوە.

پاش تێپەڕینی چەند مانگێک، ملازم ئۆنۆدا لە یاباندا گۆڕا بۆ شتێک هاوشێوەی ئەفسانە: پاڵەوانی جەنگ کە تا ئەو ئاستە شێت بێت، جێگای باوەڕ نەبێت کە ئەو کەسە بوونی هەیە بەڕاستی. هەندێک ڕەخنەیان لێ گرت، هەندێکی تریش وێنەیەکی ڕۆمانسییان بەبەردا کرد، لە کاتێکدا کەسانێکی تر پێیان وا بوو ئەو بەشێکە لە چیرۆکێکی خەیاڵی و ئەو کەسانەی تا ئێستا دەستیان گرتووە بە باوەڕبوون بە یابانی کۆن کە ماوەیەکی زۆرە بوونی نەماوە.

بەنزیکەیی لەو کاتەدا گەنجێک بە ناوی نۆریۆ سۆزۆکی بۆ یەکەم جار ناوی ئۆنۆدای بیست، سۆزۆکیی گەنج کەسێکی

Scanned with CamScanner

سەرکێش بوو، پشکنەر بوو، (هیبی) بوو، لەدوای کۆتاییهاتنی جەنگ لەدایک بووبوو، پاشان وازی لە قوتابخانە هێنا و چوار ساڵی بە گەڕان بەناو ئاسیا و ڕۆژهەڵاتی ناوەڕاست و ئەفەریقادا بەسەر برد کە تیایدا لەسەر کورسیی باخچەکان و ئۆتۆمبێلی کەسانی نەناسراودا، هەروەها لە ژوورەکانی زیندان، یان لەژێر ئەستێرەکان دەخەوت. لەبەرامبەر خواردنەکەیدا، لە کێڵگەکاندا کاری دەکرد و خوێنی دەبەخشی تا بتوانێت پارەی هەندێک شوێن بدات کە تیایدا دەمایەوە. خاوەنی ڕۆحێکی ئازاد بوو، هەندێکیش سەرشێت بوو.

ساڵی ١٩٧٢ بە پێویستی زانی سەرکێشییەکی نوێ تۆمار بکات. پێشتر کە گەڕابووەوە بۆ یابان دوای هەموو گەشتەکانی؛ پێوەرە کۆمەڵایەتییە توندەکان و پلەبەندیی کۆمەڵایەتیی بە شتێکی خنکێنەر دەزانی، ڕقی لە قوتابخانە بوو، نەیتوانی لەسەر کارێک بمێنێتەوە، ویستی بگەڕێتەوە بۆ گەشتەکانی و وەک پێشوو تەنها بێتەوە.

ئەفسانەی هیرو ئۆنۆدا بووە وەڵامگۆیەک بۆ کێشەکانی سۆزۆکی، ئەمە سەرکێشییەکی نوێ بوو کە شیاوی بەپیرەوەچوون بوو! سۆزۆکی باوەڕی وا بوو ئەو ئەو کەسەیە کە دەتوانێت ئۆنۆدا بدۆزێتەوە. ڕاستە ئەو تیمی پشکنینانەی حکومەتەکانی فلیپین و یابان و ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا نەیانتوانی ئۆنۆدا بدۆزنەوە، هەروەک بەخت یاوەری هێزەکانی پۆلیس نەبوو کە ماوەی سی ساڵ بوو دارستانەکانیان دەپشکنی، هیچ وەڵامدانەوەیەکیش نەبوو بۆ هەزاران بڵاوکراوە کە لەو ناوچەیەدا بڵاو کرانەوە، بەڵام هەر چۆن بوو؛ با ببێت... ئەم کەسە شکستخواردووە کە وازی لە قوتابخانە هێناوە، دەیدۆزێتەوە.

سۆزۆکیی بێ چەک، لە کاتێکدا هیچ جۆرە ڕاهێنانێکی لە بارەی کردەوەکانی گەڕان و کۆکردنەوەی زانیاری و تاکتیکی

شەڕکردنەوە وەرنەگرتبوو؛ گەشتی کرد بۆ دوورگەی لۆبانگ و بەتەنها لەناو دارستانەکاندا دەستی بە گەڕان کرد. نەخشەکەی زۆر سادە بوو: بە دەنگێکی بەرز بانگی ئۆنۆدا دەکات و پێی دەڵێت کە ئیمپراتۆری یابان دڵی لەلایەتی.

سەیر لەوەدا بوو لە ماوەی چوار ڕۆژدا ئۆنۆدای دۆزییەوە!

سۆزۆکی ماوەیەک لەگەڵ ئۆنۆدا لەناو دارستانەکەدا مایەوە، لەو کاتەدا نزیکەی ساڵێک تێپەڕیبوو بەسەر مانەوەی ئۆنۆدا بەتەنهایی لەو شوێنەدا. هەرکە سۆزۆکیی بینی، خۆشحاڵ بوو بە هاوڕێیەتی و تامەزرۆییەکی زۆری نیشان دا بۆ زانینی ئەوەی لە جیهاندا چی ڕوو دەدات لە سەرچاوەیەکی یابانییەوە کە دەتوانێت متمانەی پێ بکات. ئەو دوو پیاوە بە جۆرێک بوون بە هاوڕێ.

سۆزۆکی پرسیاری کرد لە بارەی ئەو هۆکارەی وای لە ملازم ئۆنۆدا کردووە کە لەوێ بمێنێتەوە و درێژە بە شەڕ بدات، وەڵامەکەی ئۆنۆدا سادە بوو: فەرمانی بۆ هاتووە کە «هەرگیز خۆی بەدەستەوە نەدات»، بەو شێوەیەش لەوێ مایەوە، بە درێژایی نزیکەی سی ساڵ پابەند بوو بەو فەرمانانەوە! ئۆنۆدا پرسیاری لە سۆزۆکی کرد لە بارەی ئەو هۆکارەی وا لە گەنجێکی وەکوو ئەو دەکات بێت و بەشوێنیدا بگەڕێت، سۆزۆکی وەڵامی دایەوە کە لەبەر گەڕان بۆ سێ شت؛ یابانی جێ هێشتووە: «ملازم ئۆنۆدا، ورچی پاندا، پیاوی بەفرینی ترسناک»، بەو شێوەیە هەرسێ ئامانجەکەی خستە ڕوو.

ئەو دوو پیاوە لە بارودۆخێکی یەکجار نامۆدا یەکتریان بینی، دوو سەرکێش کە بەڵێنیان بەستووە بۆ کەوتنەدوای وێنەیەکی ساختەی شکۆمەندی وەک ئەوەی نوسخەیەکی یابانی ڕاستەقینە بن لە دۆنکیشۆت و سانشۆ بانزا، دوو پیاوی گیرخواردوو لە

Scanned with CamScanner

ناوەندی دارستانە شێدار و دوورەدەستەکانی فلیپین، کە سەرەڕای ئەوەی تەنها و دوورن لە خەڵک، بەڵام خۆیان بە دوو پاڵەوان دەزانن، لەگەڵ ئەوەشدا کە لەوێدا هیچ کارێک ناکەن! ئۆنۆدا بەشی هەرە زۆری ژیانی خۆی بۆ جەنگێک تەرخان کردبوو کە بوونی نەبوو، هەروەها سوزۆکی ئامادە بوو ژیانی خۆی پێشکەش بکات. دوای ئەوەی ملازم هیرو ئۆنۆدا و ورچی پاندای دۆزییەوە، ئیتر ئامادە بوو پاش چەند ساڵێکی تر لە چیاکانی هیمالایا بمرێت لە پێناو دۆزینەوەی پیاوی بەفرینی ترسناک.

زۆر جار مرۆڤ ئامادەیە بەشی هەرە زۆری ژیانی تەرخان بکات بۆ بابەتێک کە زیانی هەیە یان هیچ سوودێکی نییە، لە ڕووکەشدا ئەو بابەتە هیچ واتایەک هەڵناگرێت! زۆر قورسە بیهێنینە پێش چاومان کە چۆن دەکرێت ملازم ئۆنۆدا بە درێژایی سی ساڵ دڵخۆش بێت لەو دوورگەیەدا لە کاتێکدا ژیانی لەسەر خواردنی مێروو و قرتێنەرەکان بوو و لەسەر زەویی خۆڵین بخەوێت و کەسانی سڤیل بکوژێت. ساڵ لەدوای ساڵ، یان چی وای کردووە سوزۆکی شانبەشانی بڕوات بەبێ پارە و هاوڕێ و ئامانجێک جگە لە دۆزینەوەی پیاوی بەفرینی ئەفسانەیی!

بەڵام ئۆنۆدا لە ماوەیەکی دواتری ژیانیدا وتی ئەو لە هیچ شتێک پەشیمان نییە، وتی ئەو بەڕاستی شانازی دەکات بە هەڵبژاردنەکانی و ئەو کاتەی لە دوورگەی لۆبانگ بەسەری برد، وتی ئەوەی خۆشحاڵە پێی ئەوەیە کە بەشی هەرە زۆری ژیانی تەرخان کردووە بۆ خزمەتکردنی ئیمپڕاتۆرێک کە بوونی نەماوە. بێگومان سوزۆکی ئەگەر لە ژیاندا بمێنێت، شتێکی هاوشێوە دەڵێت: ئەو لە هیچ شتێک پەشیمان نییە، لەبەر ئەوەی ژیانی لە شتێکدا بەڕێ کردووە کە بۆی خوڵقاوە.

Scanned with CamScanner

هەریەک لەم دوو پیاوە ئەو ناڕەحەتییانەیان هەڵبژارد کە دەیانویست؛ ملازم هیرو ئۆنۆدا ناڕەحەتیی وەفاداریی بۆ ئیمپراتۆرێکی کۆچکردووی هەڵبژارد، سۆزۆکییش ناڕەحەتیی لە پێناو سەرکێشیدا هەڵبژارد بە چاوپۆشین لە شێتانەبوونی سەرکێشییەکانی. بەلای هەریەک لەو دوو پیاوەشەوە، ئەو ناڕەحەتییانە واتایەکی ڕاستەقینەیان هەبووە، لەبەر ئەوەی لە پێناو «قەزیەیەکی گەورە»دا پێشکەش کراون، لەبەر ئەوەی واتایەکی هەبووە هەردووکیان توانای بەرگەگرتنیان هەبووە، بەڵکوو لەوانەیە زۆر چێژیشیان لێ وەرگرتبێت.

ئەگەر دەربازبوون لە ناڕەحەتییەکان نەبێت، ئەگەر نەتوانیت لە ژیاندا خۆت لە کێشەکانت لا بدەیت؛ ئەوا ئەو پرسیارەی پێویستە بیخەینە ڕوو ئەوە نییە «چۆن ناڕەحەتییەکان بوەستێنم؟»، بەڵکوو «بۆچی ناڕەحەتیم هەیە؟ بۆچی ئامانجێکیش؟»، توانات بۆ قبوڵکردنی ناڕەحەتییەکانت یان دۆزینەوەی ئەو چارەسەرەی ئاسوودەت دەکات، لەسەر ئەو وەڵامە وەستاوە.

هیرو ئۆنۆدا لەساڵی ١٩٧٤دا گەڕایەوە بۆ یابان، شێوەیەک لە ناوبانگی بۆ پەیدا بووبوو لە وڵاتەکەیدا، لەم کەناڵ بۆ ئەو کەناڵی تەلەڤزیۆنی و ڕادیۆ، سیاسییەکان بەپەرۆش بوون بۆ بینین و دەست خستنە ناو دەستی، پاشان کتێبێکی لە بارەی ژیانییەوە بلاو کردەوە، حکومەتیش برە پارەیەکی زۆری پێ بەخشی.

بەلام ئەوەی لە وڵاتەکەیدا بینیی، کاتێ گەڕایەوە بۆ یابان تووشی سەرسوڕمانی کرد: کلتوورێکی بەکاربەریی سەرمایەداریی ڕووکەش، ئادابەکانی شەرەف و قوربانیدان کە نەوەکەی ئەو لەسەری پەروەردە کرابوون؛ لەناو چوون.

ئۆنۆدا ویستی ناوبانگە لەناکاوەکەی بەکار بهێنێت لە پێناو بەها کۆنەکانی یاباندا، بەڵام کۆمەڵگا نوێیەکەی گوێیان لە ئاستی قسەکانیدا کەڕ کرد، خەڵکی وەک «کاتبەسەربردن» تەماشایان دەکرد نەک وەک کەسێکی جددیی خاوەن فیکر: پیاوێکی یابانی لەناکاو لە ئامێری کاتەوە هاتووەتە دەرەوە بۆ ئەوەی کاتی پێ بەسەر بەرین وەک یەکێک لە شتە سەرسوڕهێنەرەکان، یان وەک شوێنەوارێکی کۆن لە یەکێک لە مۆزەخانەکاندا.

لەوانەیە گەورەترین جیاوازی ئەوە بێت کە ملازم ئۆنۆدا زیاتر لەو سی ساڵەی لەناو دارستانەکان بردیە سەر؛ تووشی خەمۆکی بوو، چونکە ژیانی لەوێ لە پێناو شتێکدا بوو، لانی کەم واتایەکی هەبوو، ئەو واتایەش وای کرد نارەحەتییەکانی مایەی بەرگەگرتن بن، بەڵکوو کردبوویە شتێکی خوازراویش، بەڵام دوای گەڕانەوەی بۆ یابان؛ کۆمەڵە کەسێکی هیپی و بەتاڵ و ئافرەتانی ئەتککراوی دەبینی بە جلوبەرگە سەیروسەمەرەکانیانەوە. ئەو ڕاستییە ڕووبەڕووی بوویەوە کە دەربازبوون لێی ئەستەم بوو: شەڕکردنەکەی هیچ واتایەکی نەبوو! ئەو یابانەی ئەو لە پێناویدا ژیا و شەڕی کرد، بوونی نەماوە. زانینی ئەو ڕاستییە زیاتر لەوەی گوللە پێی کردبوو، برینداری کرد. لەبەر ئەوەی هەموو نارەحەتییەکانی بەبێ مانا مابوونەوە، بە شێوەیەکی چاوەڕواننەکراو ڕاستییە ترسناکەکەی بۆ دەرکەوت... سی ساڵ لە تەمەنی بە هەوادا چوو.

بەم شێوەیەش ئۆنۆدا لە ساڵی ١٩٨٠ جانتاکەی پێچایەوە و چوو بۆ بەڕازیل و هەتاکوو مرد، لەوێ مایەوە.

پیازی تێگەیشتن لە خود

تێگەیشتن لە خود؛ هاوشێوەی پیازە، چینی زۆری هەیە، هەرکە ئەو چینانە لا دەبەیت؛ یەک لەدوای یەک، زیاتر ئەگەری هەیە فرمێسک بە چاوەکانتدا بێتە خوارەوە لە کاتی نەگونجاودا.

با بڵێین چینی یەکەم لە پیازی تێگەیشتن لە خود، بریتییە لە تێگەیشتنی سەرەتا و سادەی مرۆڤ لە هەست و هەڵچوونەکانی: «لێرەدا هەست بە بەختەوەری دەکەم»، «ئەمە خەفەتبارم دەکات»، «ئەمە هیوام پێ دەبەخشێت».

ئەوەی جێی داخە کەسانێکی زۆر هەن تەنانەت لەم ئاستی یەکەمەشدا شکست دەهێنن لە ناسینی خۆیان. ئەوە دەزانم، چونکە منیش یەکێکم لەوان! لە هەندێک کاتدا گفتوگۆی پێکەنیناوی دەکەم کە بەم شێوەیەی لێ دێت:

ئەو: چیتە؟

من: هیچ، بێگومان هیچ نەبووە!

ئەو: نا، شتێک هەیە، پێمی بڵێ.

من: من باشم، بەڕاستی من باشم.

ئەو: تۆ دڵنیایت لەوە؟ بێتاقەت دیاریت.

من (بە پێکەنینێکی تووڕەئامێزەوە): بەڕاست؟ نا، من باشم... بەڕاستی.

(سی خولەک تێدەپەڕێت...)

من: ئەمە بەڕاستی بێتاقەتم دەکات، بەڵکوو تووڕەم دەکات! ئەو کەسە زۆربەی کات بە جۆرێک مامەڵەم لەگەڵ دەکات، وەک ئەوەی من هەر بوونم نەبێت!

هەریەک لە ئێمە خاڵی هەڵچوونی «کوێر»مان هەیە، زۆربەی کات ئەو خاڵە کوێرانە پەیوەندییان هەیە بەو هەست و هەڵچوونانەی

کە لە ماوەی گەشەکردنماندا فێر بووین کە نەگونجاون، پێویستمان بە چەندین ساڵ و ئەزموون و کۆششکردن هەیە تاکوو لێهاتوو بین لە دیاریکردنی خاڵە کوێرەکانی خۆماندا، بەڵام ئەم کارە لەوپەڕی گرنگیدایە، «شیاوی ئەو هەوڵەیە کە بۆی دەدرێت».

بەڵام چینی دووەم لە چینەکانی پیازی تێگەیشتن لە خود، بریتییە لە توانامان بەسەر پرسیارکردن لە بارەی ئەو هۆکارەی دەبێتە هۆی دروستبوونی ئەو هەست و هەڵچوونانەی کە هەیە.

پرسیارەکانی «بۆچی؟»؛ پرسیاری قورسن، ڕەنگە پێویستمان بە چەند مانگێک یان چەند ساڵێک هەبێت بۆ ئەوەی بگەینە وەڵامێکی هەماهەنگ و ورد بۆی، هەندێک کەس پێویستیان بەوە هەیە سەردانی چارەسازی دەروونی بکەن بۆ ئەوەی بۆ یەکەم جار لە ژیانیاندا گوێبیستی ئەو پرسیارە ببن، ئەوەش پرسیاری گرنگە، چونکە تیشک دەخاتە سەر ئەوەی ئێمە بە سەرکەوتن یان بە شکستی دادەنێین. بۆچی هەست بە تووڕەیی دەکەیت؟ لەبەر ئەوەیە کە شکستت هێناوە لە بەدیهێنانی ئامانجێک؟

ئەی بۆچی هەست دەکەیت تەمەڵیت و هیچ پاڵنەرێکت نییە بۆ ئەنجامدانی کارێک؟ ئایا لەبەر ئەوە نییە کە دەبینی باش نییت بەپێی پێویست؟

ئەم چینە یارمەتیمان دەدات بۆ تێگەیشتنی بنەڕەتی ئەو هەستانەی زاڵ دەبن بەسەرماندا. کاتێک لەو هۆکارە سەرەکییە تێدەگەین، توانامان بۆ دروست دەبێت بۆ ئەنجامدانی کارێک لە پێناو گۆڕینیدا.

بەڵام لە پیازی تێگەیشتن لە خوددا؛ چینێکی تر هەیە، ئاستێکی قووڵترە، ئەویش ئاستی بەها تایبەتییەکانمانە: بۆچی ئەم شتە بە سەرکەوتن، یان بە شکست دادەنێم؟ چۆن بتوانم خۆم پێوانە بکەم؟

بە چ پێوەرێک بڕیار بەسەر خۆمدا، هەروەها بەسەر کەسانی دەوروبەرمدا بدەم؟

گەیشتن بەم ئاستە بە جۆرێک قورسە کە جێی باوەڕ نییە، پێویستی بە پرسیارکردن و کۆششی بەردەوام هەیە، بەڵام گرنگترین ئاستیشە، لەبەر ئەوەی بەهاکانمان سروشتی کێشەکانمان دیاری دەکەن، هەروەها سروشتی کێشەکانمان چۆنێتیی کوالیتیی ژیانمان دیاری دەکات.

بەها شاراوەکان لەژێر هەموو ئەو کارانەوەن کە دەیانکەین و لەژێر هەموو ئەو شتانەوەن کە ئێمەیان لەسەرین. ئەگەر ئەو شتەی ئێمە بە بەهاداری دادەنێین؛ بێسوود بوو، ئەگەر هەڵەمان کرد لەوەی چی بە سەرکەوتن، یان بە شکست دەزانین، ئەوا هەموو شتەکان کە لەسەر ئەو بەهایانە بنیات دەنرێن (بیر و هەستەکان و هەڵچوونەکانی ڕۆژانەمان)؛ دادەڕمێن. هەموو ئەوانەی بیریان لێ دەکەینەوە، هەموو ئەو هەستانەی بەرامبەر شتێک بۆمان دروست دەبێت؛ لە کۆتاییدا دەگەڕێتەوە سەر بڕی ئەو بەهایەی لەو شتەدا دەیبینینەوە.

لای زۆرینەی خەڵکی، بێدەسەڵاتییەکی ترسناک دەبینرێت لە وەڵامدانەوەی پرسیاری «بۆچی؟»، ئەمە وەڵامێکی ڕاستە، ئەمەیە لەنێوان ئەوان و گەیشتن بە زانینێکی قووڵتر بۆ بەهاکانیان. بێگومان ئەوان دەڵێن ڕاستگۆیی و هاوڕێیەتیی ڕاستەقینە؛ دوو بەهای زۆر گەورەن، بەڵام سڵ لەوە ناکەنەوە کە لە پاشملە درۆت بەدەمەوە بکەن؛ ئەمەش لەبەر ئەوەی هەستیان بەرامبەر خۆیان باش بێت. هەندێک کەس لەوانەیە بەو جۆرە ببینن کە هەست بە تەنهایی دەکەن، کاتێکیش پرسیار لە خۆیان دەکەن لە بارەی ئەوەی بۆچی ئەو هەستەیان بۆ دروست بووە؛ ئەوا زیاتر حەزیان بۆ ئەوە

Scanned with CamScanner

دەچێت بگەڕێن بەدوای ڕێگایەکدا کە بتوانن سەرزەنشتی کەسانی تری پێ بکەن (هەموویان خراپن، کەسێک نابینم لێم تێبگات). بەم شێوەیەش خۆیان لە ڕووبەڕووبوونەوەی کێشەکانیان دەدزنەوە، لەبریی گەڕان بەدوای چارەسەرێکی ڕاستەقینە بۆی.

کەسانێکی زۆر هەن بەهەڵە گومان دەبەن کە ئەمە تێگەیشتنە لە خود، بەڵام ئەوانە ئەگەر بیانتوانیایە لەوە قووڵتر بیر بکەنەوە و تەماشای بەها شاراوەکانیان بکەن؛ ئەوا دەبینن کە شیکردنەوە سەرەکییەکەیان لەسەر ئەوە بنیات نراوە کە بەرپرسیارێتیی کێشەکە لەسەر شانی خۆیان لا بەرن، لەجیاتیی دیاریکردنێکی ڕاستەقینەی کێشەکە. ئەوان دەبینن ئەو بڕیارانەی گرتوویانەتە بەر؛ پشتیان بەستووە بە هەوڵی گەڕان بۆ ڕزگاربوونێکی خێرا، لەبریی هەوڵدان بۆ بەختەوەریی ڕاستەقینە.

هەروەها زۆرینەی ڕێبەرانی یارمەتیدانی خود ئەم ئاستە زۆر قووڵترە لە تێگەیشتنی خود لەبیر دەکەن، ئەوان کەسانێک وەردەگرن کە هەست بە بەدبەختی دەکەن، لەبەر ئەوەی دەیانەوێت دەوڵەمەند بن و ئەوانیش چەندین ئامۆژگاریی جۆراوجۆریان پێشکەش دەکەن لە بارەی چۆنێتیی کۆکردنەوەی بڕە پارەیەکی زیاتر، بەڵام بە درێژایی کات پرسیارە گرنگەکان کە دەدرێنە پاڵ بەهاکان؛ لەبیر دەکەن: لە بنەڕەتدا ئەو کەسانە بۆچی هەست دەکەن کە پێویستیان بە دەوڵەمەندبوونە؟ چۆن سەرکەوتن و شکست پێوانە دەکەن، کاتێ بابەتەکە پەیوەندیی بە خۆیانەوە هەبێت؟ ئایا بەهایەکی تر نییە بیانگەیەنێت بەوەی هۆکاری کەمبوونەوەی بەختەوەرییانە و بەڕاستی ئەوە نییە کە تا ئێستا نەیانتوانیوە ئۆتۆمبێلێکی گرانبەها بکڕن؟

زۆرترین بڕی ئامۆژگاری لەم حاڵەتەدا لە کارکردن لەسەر

Scanned with CamScanner

ئاستێکی ڕووکەشییەوە سەرچاوە دەگرێت، یان ڕازیبوون تەنها بەوەی هەوڵ بدەن هەستیان بەرامبەر خۆیان باش بێت لەسەر ئاستی کورتخایەن، لە کاتێکدا کێشە درێژمەوداکان بەبێ چارەسەر وەک خۆیان دەمێننەوە. لەوانەیە هەست و بیرکردنەوەی کەسەکان بگۆڕێت، بەڵام بەها قووڵەکان و ئەو پێوەرانەی دەتوانرێت بەهاکانی پێ بپێورێت؛ هەروەک خۆیانن، ئەمە پێشکەوتنێکی ڕاستەقینە نییە، ئەمە تەنها ڕێگایەکی ترە بۆ بەدەستهێنانی چارەسەرە خێرا و ئاسانەکان.

پرساندنی ڕاستگۆیانەی خود؛ کارێکی قورسە، چونکە پێویست دەکات پرسیاری قورس ئاراستەی خۆت بکەیت کە وەڵامدانەوەیان ئاسوودەت ناکات. بەپێی ئەزموونی خۆم، هەتا پرسیارەکان بۆ خاوەنەکەی زیاتر نائاسوودەی بکات؛ ئەگەری ئەوەی وەڵامەکان ڕاستگۆیانە و ڕاستەقینە بن زیاتر دەبێت.

ساتێک بوەستە، بیر لە شتێک بکەرەوە کە بەڕاستی بێزارت دەکات، ئێستا پرسیار لە خۆت بکە لە بارەی ئەو هۆکارەی وای کردووە بێزارت بکات. ئەگەرێکی ڕاستەقینە هەیە کە وەڵامەکە شکستێک لەخۆ بگرێت، پاشان بیر لەو شکستە بکەرەوە و پرسیار لە خۆت بکە لە بارەی ئەو هۆکارەی وا دەکات ئەو شتە شکستێکی ڕاستەقینە بێت بەلای تۆوە؟ چی دەبێت ئەگەر تۆ بە شێوەیەکی ناڕاست تەماشات کردبێت؟

نموونەیەکتان لە بارەی خۆمەوە بۆ دەهێنمەوە کە تازە ڕووی داوە:

«کاتێ براکەم وەڵامی نامەکانم ناداتەوە، زۆر بێزارم دەکات.»

«بۆچی؟»

«چونکە حەز دەکات گرنگیم پێ نەدات.»

«بۆچی پێت وایە ئەوە ڕاستە؟»

«لەبەر ئەوەی ئەگەر بیویستایە پەیوەندیمان هەبێت، دەیتوانی دە چرکە لە ڕۆژەکەی تەرخان بکات بۆ وەڵامدانەوەی نامەکانم.»

«بۆچی پێت وایە نەبوونی پەیوەندیت لەگەڵ براکەت، شکستە بۆ تۆ؟»

«چونکە ئێمە براین و پێویستە پەیوەندیی باشمان لە نێواندا هەبێت.»

لێرەدا دوو شت کاری خۆیان دەکەن: بەهایەک کە من زۆر پێوەی پەیوەستم، هەروەها ئامرازێکی پێوانەکردن کە ڕاهاتووم لەسەر بەکارهێنانی بۆ پێوانەکردنی ئەندازەی پێشکەوتن بە ئاراستەی ئەو بەهایە.

ئەو بەهایەی لەلای منە: پێویستە پەیوەندییەکی باش هەبێت لەنێوان براکاندا.

پێوەرەکە: پەیوەندیکردن لە ڕێگای نامە یان تەلەفۆنەوە، بەمە سەرکەوتنم پێوانە دەکەم بەوەی برایەک بم. من وا دەزانم شکستخواردووم، چونکە من پەیوەستم بەو پێوەرەوە، ئەمەیە بەگشتی ڕۆژەکانم دەشێوێنێت!

دەتوانین بە دووبارەکردنەوەی هەمان پرۆسە، زیاتر لە بابەتەکە قووڵ ببینەوە:

«بۆچی دەبێت براکان پەیوەندییەکی باشیان لە نێواندا هەبێت؟»

«لەبەر ئەوەی ئەندامانی یەک خێزانن، پێویستە پەیوەندییەکی پتەو لەنێوان ئەندامەکانیدا هەبێت.»

«بۆچی پێت وایە ئەمە ڕاستەقینەیە؟»

«چونکە پێویستە خێزانەکەت بەلاتەوە زیاتر لە هەر کەسێکی تر گرنگ بێت.»

«بۆچی پێت وایە ئەمە ڕاستەقینەیە؟»

«چونکە بوونی پەیوەندییەکی پتەو کە بە خێزانەکەتەوە بتبەستێتەوە؛ شتێکی سروشتییە، تەندروستە، لای من بارودۆخەکە بەو شێوەیە نییە.»

لەم گفتوگۆیەدا ئەوە بەڕوونی دیار بوو کە بەهای شاراوە لەلای من؛ بوونی پەیوەندییەکی باش بوو لەگەڵ براکەم، بەڵام هێشتا کێشەیەکم هەیە لە بارەی ئامرازی پێوانەکردنەکەوە. ئێستا سیفەتێکی ترم داوەتە پاڵ ئەو پەیوەندییە (پەیوەندییەکی پتەو)، بەڵام لە ڕاستیدا پێوەرەکەم نەگۆڕاوە، هێشتاش بە پشتبەستن بە زۆریی پەیوەندیکردن لەگەڵیدا؛ بڕیار لە بارەی براکانمەوە دەدەم. من خۆم لەگەڵ کەسانێکی تردا بەراورد دەکەم کە دەزانم هەمان پێوەر بەکار دێنن. هەر کەسێکی تریش (یان لەم نموونەیەدا بەلای منەوە وایە) پەیوەندییەکی بەهێزی هەیە لەگەڵ ئەندامانی خێزانەکەیدا، بەڵام من ئەو پەیوەندییە بەهێزەم نییە، کەواتە ئەوە ڕوونە کە لەلای منەوە هەڵەیەک هەیە.

بەڵام چی دەبێت ئەگەر من پێوەرێکی هەڵە بەسەر خۆم و ژیانمدا جێبەجێ بکەم؟ ئەبێ چ شتێک هەبێت کە لەوانەیە ڕاست بێت، بەڵام من بە گرنگ سەیرم نەکردووە؟ باشە... لەوانەیە پێویستم بە پەیوەندییەکی بەهێز نەبێت لەگەڵ براکەمدا بۆ ئەوەی پەیوەندییەکی باشم هەبێت کە بەڕاستی بەهای هەبێت، لەوانەیە ئەو ڕێزەی لەنێوان من و براکەمدایە؛ هەموو ئەوە بێت کە پێویستە (ڕێزەکە بەڕاستی بوونی هەیە)، یان لەوانەیە پێویست بێت لەسەرم بگەڕێم بەدوای متمانەی ئاڵوگۆڕکراو لە نێوانماندا (ئەویش لە ڕاستیدا بوونی هەیە)، لەوانەیە ئەمانە پێوەری باشتر بن بۆ نرخاندنی برایەتی، لەبریی بەکارهێنانی ژمارەی ئەو نامانەی

Scanned with CamScanner

ئاڵوگۆڕیان پێ دەکەین بۆ پێوانەکردنی پەیوەندیی نێوانمان.

ڕوونە کە ئەمە شتێکی لۆژیکییە، ئەوە بەلای منەوە ڕاستە، بەڵام ئەو ڕاستییەی کە من و براکەم لە یەک نزیک نین؛ هێشتا ئازارم دەدات. هیچ ڕێگایەکی ئەرێنی نییە بۆ سووڕانەوەی ئەم بابەتە، ڕێگایەکی نهێنی نییە کە ئەو زانیارییە بە جۆرێک بگۆڕێت کە هەست بکەم بووم بە کەسێکی باشتر، لە هەندێک حاڵەتدا لەنێوان براکاندا (تەنانەت ئەگەر هەریەکەیان ئەوی تری خۆش بوێت بەڕاستی) پەیوەندییەکی پتەو بوونی نییە؛ ئەمەش کارەسات نییە، ڕاستە لە سەرەتادا قبوڵکردنی بابەتەکە تۆزێک قورسە، بەڵام دەتوانیت قبوڵی بکەیت. ئەوەی ڕاستەقینەیە لە ڕووی بابەتییەوە کە پەیوەستە بە کەمتر گرنگبوونت لە ڕێی چۆنێتیی ڕوانینت بۆ ئەو دۆخە، هەروەها لە ڕووی ئەو چۆنێتییەی هەڵیدەبژێریت بۆ پێوانەکردن و نرخاندنی. بێگومان کێشەکان ڕوو دەدەن، بەڵام «لە ڕووی ماناوە» هەموو کێشەیەک ئەو شتە حەتمیە نییە کە هەرگیز گۆڕانکاریی بەسەردا نەیەت. دەتوانین بگەینە ئەوەی دەستوەردان بکەین لەوەی کێشەکانمان چ واتایەک دەگەیەنن بەلای ئێمەوە؛ بە پشتبەستن بە چۆنێتیی هەڵبژاردنی بیرکردنەوەمان لە بارەی ئەو کێشانەوە، هەروەها ئەو پێوەرەش کە هەڵیدەبژێرین بۆ پێوانەکردنی.

کێشەی ئەستێرەکانی ڕۆک

ساڵی ١٩٨٣، ژەنیارێکی گیتار بە خراپترین شێوە لە تیپەکەی دەرکرا. تیپەکە لەو کاتەدا گرێبەستێکیان ئیمزا کردبوو بۆ تۆمارکردنی هەندێک بەرهەم، لە سەروبەندی تۆمارکردنی

یەکەمین بەرهەمیاندا بوون، بەڵام تیپەکە تەنها دوو ڕۆژ بەر لە تۆمارکردن؛ ژەنیاری گیتارەکەیان دەرکرد، دەریانکرد بەبێ هیچ ئاگادارکردنەوە و گفتوگۆ و تووڕەبوونێک. ئەوەی ڕووی دا، ئەوە بوو ڕۆژێک ڕۆیشتبوون خەبەریان کردبووەوە و کارتێکی گەڕانەوە بۆ ماڵەوەیان دابووە دەستی.

کاتێ ژەنیاری گیتارەکە لەناو پاسێکدا لە نیویۆرکەوە بەرەو لۆس ئەنجلۆس دەگەڕایەوە، بیری دەکردەوە و لە خۆی دەپرسی: ئەمە چۆن ڕووی دا؟ ئەو هەڵەیە چی بوو کە ئەنجامم دا؟ ئەی ئێستا چی بکەم؟ گرێبەستی تۆمارکردن بەو شێوەیە لە ئاسمانەوە ناکەوێتە خوارەوە، بەتایبەت بۆ تیپێکی لەو شێوەیە. ئایا ئەو تاکە هەلی کۆتاییەیان لەدەست داوە؟

بەڵام ژەنیاری گیتارەکە لەگەڵ گەیشتنی پاسەکە بۆ لۆس ئەنجلۆس، قۆناغی لاواندنەوەی خۆی تێپەڕاند و سوێندی خوارد تیپێکی نوێ لەوێ دروست بکات. بڕیاری دا کە ئەم تیپە نوێیە تا ئەو ئاستە سەرکەوتوو بێت کە هەموو ئەندامانی تیپە کۆنەکەی لە بڕیارەکەیان پەشیمان ببنەوە، ناوبانگ پەیدا بکات، ناچار دەبن بە تێپەڕاندنی دەیان ساڵ دەبێت لە بینینی لە شاشەکانی تەلەڤزیۆنەوە و لە ڕادیۆکانەوە گوێی لێ بگرن و پۆستەری ئاهەنگەکانی ببینن لەسەر شەقامەکان و وێنەکانی لە گۆڤارەکاندا. دەچن بۆ کارکردن لە ئامادەکردنی خواردندا لە شوێنێک یان لە پڕکردنی بارهەڵگرەکان لە پێناو هەڵگەڕاوانی قێزەونی سووک و سەرخۆشی تیپەکە لەگەڵ ژنە ناشیرینەکانیان، بەڵام ئەم؛ تەلەڤزیۆن ئاهەنگەکانی پەخش دەکات بە شێوەی ڕاستەوخۆ و ئەویش لەبەردەم جەماوەرێکی بەرفراواندا لە یاریگایەکی وەرزشی؛ گیتار دەژەنێت. لە داهاتوودا لەناو فرمێسکی ئەوانەی ناپاکییان بەرامبەری کرد، خۆی دەشوات

و هەریەک لەو فرمێسکانە بە سەد دۆلارییەکی تازەی پاکوخاوێن دەسڕێتەوە.

ئەو ژەنیاری گیتارە بەو شێوەیەی لێ هات وەک بڵێی شەیتانێکی مۆسیقی بووەتە خاوەنی. چەند مانگێک پارەی خەرج کرد بۆ گەڕان بەدوای باشترین ژەنیارەکاندا و ڕازیکردنیان بەوەی کاری لەگەڵ بکەن... مۆسیقاژەنانی زۆر باشتر لەوانەی لە تیپەکەی پێشوویدا کاری لەگەڵ کردبوون، دەیان گۆرانیی نووسییەوە و ڕاهێنانی لەسەر کرد بەوپەڕی لەخۆبوردن و دڵسۆزییەوە. تووڕەییە سووتێنەرەکەی سوتەمەنییەک بوو بۆ تموحەکانی، بیرکردنەوە لە تۆڵەکردنەوە بووە باشترین شێوازی کاتبەسەربردنی. لە ماوەی تەنها دوو ساڵدا تیپەکەی توانیی گرێبەستێک ئیمزا بکات بۆ تۆمارێکی تایبەت، لەپاش ساڵێک؛ ئەلبومی یەکەمیان چووە لیستی زێڕینەوە.

ناوی ئەو گیتارژەنە؛ دیف مۆستین بوو، تیپە نوێیەکەشی کە خۆی دروستی کرد؛ ناوی (Megadeth) بوو کە خاوەنی ناوبانگێکی ئەفسانەیی بوو. بەخێرایی فرۆشی ئەلبوومەکانی ئەو تیپە گەیشتە بیست و پێنج ملیۆن دانە، چەند جارێک بە جیهاندا گەڕا. ئێستا مۆستین یەکێکە لە درەوشاوەترین مۆسیقاژەنەکان و گەورەترینیانە لە جیهانی (مۆسیقای کانزایی) بەرز.

بەلام بەداخەوە ئەو تیپەی دەریانکردبوو؛ تیپی (Metallica) بوو کە زیاتر لە سەد و هەشتا ملیۆن دانەی لە ئەلبوومەکەی لە تەواوی جیهاندا فرۆشت، زۆربەی خەڵکی پێیان وایە تیپی (Metallica)؛ بەڕەهایی یەکێکە لە هەرە گەورەترین تیپەکانی مۆسیقای ڕۆک لە جیهاندا.

لە ئەنجامدا مۆستین بە چاوی پڕ لە فرمێسکەوە لە

چاوپێکەوتنێکی تایبەتی دەگمەندا کە لەگەڵی ئەنجام درا لە ساڵی ٢٠٠٣، دانی نا بـەوەی ناتوانێت هیچ بکات جگە لـەوەی خۆی بە کەسێکی شکستخواردوو دابنێت، سـەرەڕای هەموو ئەوەی بەدەستی هێنابوو؛ مۆستین بەردەوام وا سەیری خۆی دەکات کە ئەو کەسەیە کە لە تیپی (Metallica) دەرکرا.

ئێمە مەیموونین، نـەک زیـاتر! پێمان وایـە زۆر گەشەمان کردووە، لەبەر ئەوەی فڕنی ترشاندنی هەویر و پێڵاوی وەرزشیی خاوەن دیزاینی ئاست بەرزمان هەیە، بەڵام ئێمە هیچ نین جگە لە کۆمەڵە مەیموونێکی ڕازاوە بە ڕازاندنەوەیەکی باش. لەبەر ئەوەی مەیموونین، بۆیە خۆمان بە خەڵکانی تر بەراورد دەکەین و خۆمان لەناو دەبەین تا بگەینە ئەو ئاستەی ئەوانی تێ دان. مەسەلەکە ئەوە نییە کە ئایا ئێمە خۆمان بە بەراوردکردن لەگەڵ کەسانی تردا پێوانە دەکەین، بەڵکوو ئەوەیە: ئەو پێوەرە کامەیە کە خۆمانی پێ پێوانە دەکەین؟

جیاوازیی نییە کە ئایا دیف مۆستین لەو بابەتە تێگەیشتبێت یان نا، ئەوەی هەڵبژارد کە خۆی پێوانە بکات بەوەی تا چەند لە تیپی (Metallica) سەرکەوتووتر و خاوەن جەماوەری زیاترە، ئەزموونی دەرکرانی لە تیپە کۆنەکەی؛ ئازاری زۆری پێ دا و وای کرد ئەوە هەڵبژێرێت «سەرکەوتن بە بەراوردکردن لەگەڵ تیپی Metallica» بکاتە پێوەرێک بۆ خۆی و ژیاننامەی پیشەیی خۆی لە جیهانی مۆسیقا.

ڕاستە کە کاتێکی ئەوپەڕی خراپی لە ژیانی هەڵبژارد و بە شتێکی باشەوە لێی دەرچوو (تیپی Megadethی خستە گەڕ)، بەڵام بڕیاردانەکەی بەوەی خۆی پەیوەست بکات بە سەرکەوتنی تیپی (Metallica) و بیکاتە پێوەرێک کە هەموو ژیانی خۆی پێ

Scanned with CamScanner

ببێنێت؛ بووە هۆی ئەوەی لە دەیان ساڵی داهاتوودا تووشی ئازاری بکات. سەرەڕای هەموو ئەو پارە و هەوادارانەی بۆ خۆی دەست خستبوو، لەگەڵ هەموو ئەو خەڵاتانەی وەریگرتبوو، لەگەڵ ئەوەشدا هەر خۆی بە شکستخواردوو دەزانی.

ئێستا لەوانەیە ئێوە و من، تەماشای دۆخی دیف مۆستین بکەین و پێی پێبکەنین. ئەو کەسێکە خاوەنی ملیۆنان دۆلارە، لەگەڵ سەدان هەزار لایەنگردا، هەموو ژیانی لەو کارەدا بردووەتە سەر کە خۆی پێی خۆش بووە زیاد لە هەر کارێکی تر، بەڵام هێشتا چاوەکانی بەفرمێسکن، لەبەر ئەوەی هاورێکانی کە ئەستێرەی رۆکن و ماوەی بیست ساڵە دەیانناسێت؛ زیاتر لەوەی ئەم ناوبانگ و سەرکەوتنیان بەدەست هێناوە.

بەڵام ئێمە ئێستا بە مۆستین پێدەکەنین، لەبەر ئەوەی ئێمە، ئێوە و من، بەهای جیاواز لە بەهاکانی ئەومان هەیە، لەبەر ئەوە ئێمە بە پێوەرێکی جیاواز لە پێوەرەکەی ئەو خۆمان پێوانە دەکەین. لەوانەیە ئەو پێوەرەی ئێمە هەمانە، شتێک بێت هاوشێوەی: «پێم خۆش نییە بەرێوەبەری کارەکەم کەسێک بێت کە رقم لێی بێت»، یان «دەمەوێت پارەیەکی زۆر کۆ بکەمەوە بۆ ئەوەی منداڵەکەم بنێرم بۆ قوتابخانەیەکی باش»، یان «کەسێکی بەختەوەر دەبم ئەگەر ناچار نەبم کە لەسەر شەقامەکان بخەوم»، لە رێگای ئەم پێوەرانەوە؛ دەکرێت مۆستین بە کەسێکی سەرکەوتوو دابنێین تا ئاستێکی زۆر کە ناتوانین بیهێنینە پێش چاومان، بەڵام لە روانگەی پێوەرەکانی خۆیەوە واتە «بەدەستهێنانی ناوبانگ و سەرکەوتنی گەورەتر لەوەی تیپی (Metallica) بەدەستی هێناوە»، لەبەر ئەوەی دەریانکردووە؛ ئەوە کەسێکی شکستخواردووە.

بەهاکانمان ئەو پێوەرانە دیاری دەکەن کە خۆمانی پێ پێوانە

Scanned with CamScanner

دەکەین و کەسانی تریشی پێ پێوانە دەکەین. بەهای گوێڕایەڵی و خۆشەویستی بۆ ئیمپڕاتۆری یابانی؛ وای کرد ملازم ئۆنۆدا بتوانێت نزیکەی سی ساڵ لە دوورگەی لوبانگ ژیان بەرێتە سەر، بەڵام هەمان ئەو بەهایە وای کرد لەدوای گەڕانەوەی بۆ یابان؛ بەدبەخت و غەمبار ببێت. بێگومان پێوەرەکەی مۆستین کە جەختی لە پێویستیی سەرکەوتنی بەسەر هاوڕێکانی لە تیپی (Metallica) دەکردەوە؛ یارمەتیدەر بوو بۆ بەگەڕخستنی سەرکەوتنێکی نایاب لە جیهانی مۆسیقا، لەگەڵ ئەوەشدا هەمان پێوەر بەردەوام ئازاری دەدا لە دواییدا سەرەڕای هەموو سەرکەوتنەکانی.

ئەگەر ویستت تێڕوانینت بۆ کێشەکانت بگۆڕیت، پێویستە لەسەرت ئەوە بگۆڕیت کە بەلاتەوە خاوەن بەهایەکی گەورەیە و یان ئەوەی سەرکەوتن و شکستەکانتی پێ پێوانە دەکەیت.

بۆ نموونە؛ با سەیری مۆسیقاژەنێکی تر بکەین کە لە تیپێکی تر دەرکرا، چیرۆکەکەی زۆر لە چیرۆکی دیڤ مۆستین دەچوو، لەگەڵ ئەوەی ڕووداوەکانی بیست ساڵ پێش چیرۆکەکەی مۆستین ڕوویان داوە.

لە ساڵی ١٩٦٢دا بوو، ئاژاوەیەک دروست بوو لە بارەی تیپێکی گەشەکردوو لە شاری لیڤەرپوڵی ئینگلتەرا، ئەندامەکانی ئەو تیپە قژیان بە شێوەی نامۆ دەبڕی، ناوی تیپەکەشیان لەوانە نامۆتر بوو، بەڵام مۆسیقاکەیان باش بوو بە شێوەیەک کەس نەیدەتوانی نکوڵیی لێ بکات. لە کۆتاییدا تیپەکە سەرنجی کۆمپانیاکانی تۆمارکردنی بۆ لای خۆی ڕاکێشا.

تیپەکە پێک هاتبوو لە جۆن؛ گۆرانیبێژی یەکەم کە گۆرانییەکانی بۆ تیپەکە دەنووسی، هەروەها پۆل؛ ژەنیاری گیتاری جیار و خاوەن ڕووخسارێکی ڕۆمانسیی مندالانە، هەروەها جۆرجی ئاژاوەچی؛

گیتارژەنی سەرەکی، هەروەها ژەنیارێکی درامزیان هەبوو.

ئەو ژەنیارەی کۆتاییان لە هەموویان قۆزتر بوو، کچەکان بۆی شێت بووبوون، ڕووخساری بووبووە یەکەم ڕووخسار کە لە گۆڤارەکاندا دەردەکەوت، لە هەموو ئەندامانی تیپەکەش لێهاتووتر بوو، ماددەی هۆشبەری بەکار نەدەهێنا، پەیوەندییەکی بەردەوام و پتەوی هەبوو لەگەڵ هاوڕێ کچەکەی، لەو کاتەدا کەسە گرنگەکانی بواری مۆسیقای پێیان وا بوو دەبێت ئەو ببێتە ڕووخساری تیپەکە، نەک بول، یان جۆن.

ئەو گەنجە ناوی بیت بیست بوو، لە ساڵی ١٩٦٢ دوای ئیمزاکردنی یەکەم گرێبەستی تیپەکە بۆ تۆمارکردن، سێ ئەندامەکەی تری تیپەکە کۆ بوونەوە و بەهێمنی داوایان لە بەڕێوەبەری تیپەکە کە ناوی برایان ئیبستین بوو؛ کرد کە بیست ژەنیاری درامز دەربکات، ئەم بڕیارە ئەشکەنجەیەک بوو بۆ ئیبستین، چونکە زۆر پێی سەرسام بوو، بەو شێوەیەش بڕیارەکەی دوا خست بەو هیوایەی ئەو سیانە بۆچوونەکەیان بگۆڕن.

سێ مانگ تێپەڕی، تەنها سێ ڕۆژ پێش ژووانی یەکەم تۆمارکردن، ئیبستین؛ (بیست)ی بانگ کرد بۆ نووسینگەکەی و بە شێوەیەکی ڕاستەوخۆ تێیگەیاند کە بڕوات بەدوای تیپێکی تردا بگەڕێت بۆ خۆی، هۆکارەکەی بۆ ڕوون نەکردەوە و هیچ شتێکی بۆ شی نەکردەوە، هەوڵیشی نەدا دڵنەوایی بکات، بەڵکوو تەنها بەوە کۆتایی پێ هێنا کە سێ ئەندامەکەی تری تیپەکە دەیانەوێت ئەو بڕوات: کەواتە، هیوای بەختێکی باشت بۆ دەخوازم!

تیپەکە لەبریی ئەو؛ کەسێکی تری هێنا، ئەو کەسە گەنجێک بوو کە ڕەفتارەکانی نامۆ بوون، ناوی رینگۆ ستار بوو. رینگۆ تەمەنی لە تەمەنی بیت زیاتر بوو، لووتێکی گەورەی هەبوو کە شێوەی

نامۆ بوو. رینگۆ ڕازیبوو بەوەی قژی بەو شێوە ناشیرینەی جۆن و پۆل و جۆرج ببڕێت، سوور بوو لەسەر ئەوەی گۆرانی بنووسێت لە بارەی هەشتپێ و ژێرئاوگەڕەکانەوە، سیانەکەی تر وەڵامیان دایەوە: بەدڵنیاییەوە، با وا بێت، بۆ نا؟

تیپی (Beatlemania) سەرکەوتنی گەورەی بەخۆوە بینی لە ماوەی ئەو شەش مانگەی دوای دەرکردنی بیت. هەریەکە لە جۆن و پۆل و رینگۆ و جۆرج بوونە چوار سیمای خاوەن زۆرترین ناوبانگ لە جیهاندا.

لەم کاتەدا بیست لە خەمۆکییەکی قووڵدا دەتلایەوە، هیچی نەدەکرد جگە لەوەی هەر ئینگلیزێک دەیکات، ئەگەر هۆکاری پێویستی هەبێت بۆ ئەنجامدانی: خواردنەوە. ماوەی ساڵانی دەیەی شەستەکان باش نەبوون لەگەڵ بیست. لە ساڵی ١٩٦٥ داوایەکی یاسایی لە دژی دووان لە ئەندامانی تیپەکە تۆمار کرد بە تۆمەتی درۆهەڵبەستن، هەموو پرۆژە مۆسیقییەکانی شکستی بەرچاویان بەدواوە بوو، پاشان هەوڵی خۆکوشتنی دا لە ساڵی ١٩٦٨، بەڵام دایکی توانیی ڕزگاری بکات و پەشیمانی کردەوە. ژیانی زۆر ناخۆش بوو.

بیست ئەو چیرۆکەی نەبوو کە دیف مۆستین بەکاری هێنا بۆ بێبەریکردنی خۆی لە هەستکردن بە تاوان، هەرگیز نەبووە ئەستێرەیەکی جیهانیی گەورە و ملیۆنان دۆلاری بەدەست نەهێنا، بەڵام کارەکەی بە شێوەیەکی باشتر لەوەی مۆستین کۆتایی هات. لە چاوپێکەوتنێکدا لەگەڵی ساڵی ١٩٩٤، بیست وتی: «من ئێستا بەختەوەرترم لەوەی لەگەڵ ئەو تیپە بمامایەتەوە.»

شتێکی سەیرە! چۆن؟

بیست وتی ئەو بارودۆخەی لەگەڵ دەرکردنی لەو تیپە بۆی هاتە

پێش، سەری کێشا بۆ بینینی ئەو ئافرەتەی دواتر بووە هاوسەری، پاشان بەرهەمی هاوسەرگیرییان چەند منداڵێک بوو. کەواتە ئەوە بوو، بەهاکانی گۆڕان و پێوەرێکی جیاوازی بۆ ژیانی جێبەجێ کرد. بەدڵنیاییەوە شکۆ و ناوبانگ دوو شتی باشن، بەڵام بڕیاری دا کە ئەوەی ئەنجامی دەدات؛ بەلایەوە گرنگتر بن: خێزانێکی گەورەی خۆشەویست، هاوسەرگیرییەکی سەقامگیر، ژیانێکی سادە، بەڵکوو بەردەوام بوو لەسەر ژەنینی درامز. چەند گەڕانێکی هەبوو لە ئەورووپا و چەند ئەلبوومێکی نوێی دەرکرد کە بەردەوام بوون تاکوو سەرەتاکانی سەدەی بیست و یەک. کەواتە بەڕاستی چیی دۆڕاند؟ هیچی نەدۆڕاند، جگە لە ناوبانگێکی فراوان و کۆمەڵێک هەواداری دیارینەکراو، بەڵام لە بەرامبەردا ئەوی بەدەستی هێنا؛ بە بۆچوونی خۆی گرنگییەکەی یەکجار زیاتر بوو.

ئەم چیرۆکانە پێمان دەڵێن کە بەها و پێوەری وا هەن کە لە ئەوانی تر باشترن.

هەندێک بەها و پێوەر هەن کە سەر دەکێشن بۆ کێشەی باش کە چارەسەرکردنیان ئاسانە، هەروەها بەها و پێوەریش هەیە کە سەر دەکێشن بۆ کێشەی چارەسەر قورس یان بۆ کێشەیەک کە چارەسەریان نییە.

ئەو بەهایانەی نرخیان نییە

چەند بەهایەکی بەربڵاو بوونیان هەیە کە بەڕاستی کێشەی خراپ بۆ خەڵکی دروست دەکەن، کێشەی وا دروست دەکات کە لەوانەیە چارەسەرکردنیان مەحاڵ بێت. با چاوێکی خێرا بەو بەهایانەدا بگێڕین:

Scanned with CamScanner

١. چێژ

چێژ شتێکی مەزنە، بەڵام بەهایەکی لەوپەڕی خراپیدایە ئەگەر کارە لەپێشینەکانی ژیانت بەپێی ئەو دیاری بکەیت. پرسیار لە هەر ئالوودەبوویەکی ماددە هۆشبەرەکان بکە بڵێ ئەنجامی دوای ئەو چێژە چی بوو، پرسیار لەو ئافرەتە بکە کە چێژ خێزانەکەی لەناو برد و منداڵەکانی لەدەست دا کە ئایا ئەو چێژە بەختەوەری کردووە لە کۆتاییدا، پرسیار لە پیاوێک بکە کە زیادەڕەویی کردووە لە خواردندا تا ئەو کاتەی لە مردن نزیک بووەتەوە کە ئایا چێژی خواردن سوودی بۆی هەبووە لە چارەسەرکردنی کێشەکانیدا!

چێژ خواوەندێکی ساختەیە. لێکۆڵینەوەکان ئەوەیان ڕوون کردووەتەوە کە ئەو کەسانەی وزەی خۆیان بۆ چێژە ڕووکەشەکان تەرخان دەکەن، لە کۆتاییدا تووشی زۆرترین دڵەڕاوکێ دەبن و کەمترین سەقامگیرییان دەبێت لە ڕووی هەڵچوونەکان و زۆرترین خەمۆکییان دەبێت. چێژ لە هەموو شێوەکانی ڕازیبوون ڕووکەشیترە، ڕەنگە لەبەر ئەوەش بێت کە بە ئاسانترین شێوە بەدەست دێت و بە زووترین کات لەناو دەچێت.

بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا بە درێژایی ٢٤ کاتژمێر، حەوت ڕۆژ لە هەفتەیەکدا چێژمان بۆ ڕەوانە دەکرێت، ئەمەیە کە دەبینین هەموو ئاگاییمان لەسەری چڕ بووەتەوە، ئەوە بۆ دڵخۆشکردنی خۆمان و سڕکردنمان بەکاری دەهێنین.

بەڵام چێژ خۆی لە خۆیدا بەتەنها بەس نییە، ئەگەر یەکێکیش بێت لە پێویستییەکانی ژیان (بە مەرجێک بە بڕی تەندروست بێت). چێژ هۆکارێک نییە بۆ بەختەوەری، بەڵکوو دەرهاویشتەی بەختەوەرییە. ئەگەر هەموو ڕەگەزەکانی ترت لەبەر دەست بێت

Scanned with CamScanner

(بەها و پێوەرەکانی دیکە)، ئەوا چێژ خۆی بە شێوەیەکی سروشتی دێت؛ بەو پێیەی بەرهەمێکی لاوەکییە.

٢. سەرکەوتنی ماددی

زۆر کەس بەهای خودییان بە بڕی ئەو پارەیەی بەدەستی دەهێنن؛ پێوانە دەکەن، یان بەپێی جۆری ئەو ئۆتۆمبێلەی کە هەیانە یان ئەوەی ماڵ و باخەکەیان تا چەند لە هی دراوسێکانیان سەوز و جوانترە.

بەڵام لێکۆڵینەوەکان دەریدەخەن کە پەیوەندیی نێوان بەختەوەری و سەرکەوتنی ماددی، بەخێرایی لە سفر نزیک دەبێتەوە دوای ئەوەی مرۆڤ دەتوانێت پێداویستییە بنەڕەتییەکانی خۆی پڕ بکاتەوە (وەک خواردن و شوێنی نیشتەجێبوون و... هتد). ئەمە واتە تۆ ئەگەر کەسێکی لەوانەی بەدەست برسێتییەوە دەناڵێنن و لەسەر شەقامەکان دەژیت لە شوێنێک لە شوێنەکانی هیندستان، ئەوا لەوانەیە لە ساڵێکدا دە هەزار دۆلار کاریگەریی گەورە لەسەر بەختەوەریت دابنێت، بەڵام ئەگەر یەکێک بیت لە ئەندامانی چینی ناوەڕاست لە یەکێک لە وڵاتە پێشکەوتووەکاندا؛ ئەوا دە هەزار دۆلاری زیادە لە ساڵێکدا کاریگەریی گەورەی لەسەر هیچ شتێک نابێت، ئەمە واتە لەوانەیە تۆ خۆت بکوژیت بە کارێکی زیادەوە کە ڕۆژانە دەیکەیت، تەنانەت لە ڕۆژە پشووەکانیشدا، لە ڕاستیدا لە پێناو هیچدا.

مەترسییەکی تری ڕۆچوون لە بەهای سەرکەوتنی ماددی؛ دانانیەتی لە ڕیزی پێشەوەی بەهاکانی تردا وەک ئەوەی ڕاستگۆ بیت، بێوەی بیت، خەڵکیت خۆش بوێت، سۆزت هەبێت لەگەڵیان. کاتێ مرۆڤەکان بە ڕەفتارەکانیان نا، بەڵکوو بە هێمای ئەو پێگەیەی

دەتوانن پێی بگەن؛ خۆیان پێوانە دەکەن، ئەمە تەنها بە واتای ئەوە نایەت کەسانێکی ڕووکەشین، بەڵکوو لەگەڵ ئەوەشدا کەسانێکی بێمێشکن.

٣. ئەوەی هەمیشە لەسەر حەق بێت

مێشکی ئێمە ئامێرێکن کە لێهاتووییان کەمە، زۆربەی کات گریمانەی هەڵە دادەڕێژین، لە پێشبینیکردنی ئەگەرەکاندا هەڵە دەکەین، ڕاستییەکان بە شێوەیەکی هەڵە باس دەکەین، توندین لە شێوازەکانی لایەنداریی پێشبینیکردن، بڕیارەکانمان بە پشتبەستن بە گۆڕانکارییە هەڵچوونییەکانمان، لەبەر ئەوەی ئێمە مرۆڤین؛ لە حاڵەتی یەکجار زۆردا دەکەوینە هەڵەوە. ئەگەر پێوەری سەرکەوتن لەلای تۆ ئەوە بێت کە تۆ لەسەر حەقیت، ئەوە مانای وایە ناڕەحەتیی زۆر دێتە ڕێت لە دۆزینەوەی هۆکارە شاراوەکانی پشت هەڵەکانتدا.

لە ڕاستیدا ئەو کەسانەی بەها خودییەکانیان گەشە پێ دەدەن لەسەر بنەمای پشتبەستنیان بەوەی لە هەموو شتێکدا ئەوان لەسەر حەقن، ئەوا خۆیان لە فێربوون لە هەڵەکانیانەوە بێبەش دەکەن، ئەوانە کەسانێکی هەژارن لە توانای هێنانەکایەی تێڕوانینی نوێ و تێگەیشتن لە کەسانی تر، هەروەک خۆیان بەداخراوی دەهێڵنەوە و ڕێگا نادەن زانیاریی نوێ و گرنگیان پێ بگات. بۆ تۆ زۆر باشترە کە وای دابنێیت کەسێکی نەزانیت و زۆر شت هەن کە تۆ نایانزانیت، ئەمە وا دەکات پەیوەست نەبیت بە هەر باوەڕێکی خەیاڵی کە پشتی بە زانیاریی پێویست نەبەستووە، هەروەها هانت دەدات بەردەوام لە فێربوون و باشتربووندا بیت.

Scanned with CamScanner

٤. سووربوون لەسەر نەرێنیبوون

کەسانێکی تریش هەن کە ژیانیان پێوانە دەکەن بەوەی تا چەند دەتوانن لە هەموو شتێکدا نەرێنی بن... بەڵێ، بەنزیکەیی لە هەموو شتێکدا. ئایا کارەکەت لەدەست داوە؟ مەزنە! ئەمە هەلێکە بۆ ئەوەی بتوانیت جۆری کارەکەت بگۆڕیت بەوەی خۆت حەزت لێیەتی. مێردەکەت لەگەڵ خوشکەکەت ناپاکیت بەرامبەر دەکات؟ کێشە نییە! تۆ فێری شتی نوێ دەبیت لە پێگەت بەرامبەر کەسانی دەوروبەرت.

ڕاستە بەهایەک هەیە کە دەڵێن «مانەوە لە ڕووە ڕۆشنەکەی ژیان»، بەڵام لە ڕاستیدا ژیان لە زۆربەی کاتەکاندا خراپ و سەرزەنشتکراوە و تاکە کاری ڕاست و دروست کە بتوانیت ئەنجامی بدەیت؛ ئەوەیە ژیانت قبوڵ بێت بەو شێوەیەی کە هەیە.

نکوڵیکردن لە دیمەنە نەرێنییەکان سەر دەکێشێت بۆ هەڵچوونی نەرێنیی قووڵتر و درێژمەوداتر، هەروەها سەر دەکێشێت بۆ کەموکورتیی هەڵچوونئامێز، بەڵام نەرێنیبوونی بەردەوام جۆرێکە لە جۆرەکانی خۆدزینەوە و هەڵاتن، واتە چارەسەرێکی دروست نییە بۆ کێشەکانی ژیان... بەو بۆنەیەوە ئەو کێشانەن کە پێویستە ببنە پاڵنەرت و ئیرادەت بەهێزتر بکات، ئەگەر بەها و پێوەری ڕاست و دروست بەکار بهێنیت.

بابەتەکە بەڕاستی سادەیە: ڕەوتی کارەکانمان بە جۆرێکن کە پێمان خۆش نییە، خەڵکی هەراسانمان دەکەن، هەروەها ڕووداوی بێزارکەرمان تووش دەبێت، ئەم کارانە وامان لێ دەکەن هەست بە بەدبەختییەکی زۆر بکەین. ئەوە کێشەی تێدا نییە! هەڵچوونە نەرێنییەکان پێکهاتەیەکی پێویستن لە پێکهاتەکانی تەندروستیی هەڵچوون، بەڵام نکوڵیکردن لەم لایەنە نەرێنییە؛ ماوەی کێشەکان

درێژتر دەکاتەوە لەبریی ئەوەی چارەسەریان بکات.

ڕێگای دروست بۆ مامەڵەکردن لەگەڵ هەڵچوونە نەرێنییەکان ئەوەیە:

- دەربڕینی بە شێوەیەکی دروست کە لەلایەن کۆمەڵگاوە قبوڵکراو بێت.
- دەربڕینی بە شێوەیەک کە گونجاو بێت لەگەڵ بەهاکانت، ئەمەش نموونەیەکی سادەیە بۆ ئەوەی پێشتر باسمان کرد: ناتوندوتیژی بەهایەکە لە بەهاکانم، ئەو پێوەرەی بۆ پێوانەکردنی ئەو بەهایە بەکاری دەهێنم ئەوەیە کە لە کەس نادەم. بەو شێوەیەش کاتێ لە کەسێک تووڕە دەبم؛ ئەوا تووڕەبوونەکەم دەردەبڕم، بەڵام هەمیشە ئاگام لەوەیە کە تووڕەبوونەکەم بە بۆکسێک بۆ ڕووخساری بەرامبەر دەرنەبڕم. دەزانم لەوانەیە ئەم شێوازە زۆر بێت، بەڵام تووڕەبوون لە خودی خۆیدا کێشەیەک نییە. تووڕەبوون شتێکی سروشتییە، تووڕەبوون بەشێکە لە ژیان، دەشتوانین بڵێین تووڕەبوون کارێکی تەندروستانەیە لە زۆربەی کاتەکاندا (بیرتان دەخەمەوە کە هەڵچوونەکان هیچ نین جگە لە زانیاری کە کۆئەندامی دەمارمان پێمان دەدات).

بابەتەکە ڕوون بووەوە؟ لێدانی بۆکسێک لە ڕووخساری کەسێک؛ خۆی کێشەکەیە نەک تووڕەبوونەکە، توڕەبوون پەیامهێنەرێکە کە پەیامەکەی بریتییە لەوەی دەستم بەرەو ئاراستەی دەموچاوت بڕوات. سەرزەنشتی پەیامهێنەرەکە مەکە، بەڵکوو بۆکسەکەم لەو بابەتەدا سەرزەنشتکراوە (یان لەوانەیە ڕووخساری تۆ).

کاتێک خۆمان ناچار دەکەین بەبەردەوامی ئەرێنی بین، کەواتە ئێمە نکوڵی لە بوونی کێشەکانی ژیانمان دەکەین. کاتێکیش نکوڵی لە کێشەکانی ژیانمان دەکەین، ئەوا هەلی چارەسەرکردنی کێشەکان

و بەرهەمهێنانی بەختەوەری لە ژیاندا لە خۆمان زەوت دەکەین. کێشەکان هەستکردن بە گرنگی و مانا‌داری دەخەنە ژیانمانەوە لێرەوە، کەواتە شاردنەوەی کێشەکانمان یان خۆدزینەوە لێیان؛ بە واتای ئەوەیە کە بوونمان هیچ مانایەکی نییە (تەنانەت ئەگەر وای دابنێین بەلای خەڵکەوە دڵخۆشکەرە) لەسەر ئاستی درێژمەودا، بەختەوەریمان بە گەیشتنی بە هێڵی کۆتایی لە پێشبڕکێی ماراسۆندا گەورەترە لە بەختەوەربوونمان لە کاتی خواردنی شیرینییەک بە شکولاتەوە، هەروەها پەروەردەکردنی منداڵێک تا گەورە دەبێت؛ زیاتر لە سەرکەوتن و بردنەوە لە یارییەکی ڤیدیۆییدا بەختەوەرمان دەکات، هەروەک دەستکردن بە کارێکی بچووک بە هاوبەشیی هەندێک لە هاوڕێیان لەگەڵ کارکردن بۆ ڕێکوپێککردنی کارەکانمان بەبەردەوامی لە کڕینی کۆمپیوتەرێکی نوێ دڵخۆشترمان دەکات. ئەم چالاکییانە سەختن، فشارهێنەرن، بەڵکوو لە زۆر حاڵەتیشدا بێزارکەرن، جگە لەوەی ناڕەحەتیی ڕووبەڕووبوونەوەی کێشەکانی بە شێوەی یەک لەدوای یەک تێدایە، بەڵام لە هەموو ساتەکان پڕواتاترن و خۆشترن لە هەر شتێک لە ژیانماندا. ئازار و هەوڵدانی تێدایە، بەڵکوو تەنانەت تووڕەیی و بێهیوایی، بەڵام لە کۆتاییدا ئەنجامی دەدەین، پاشان تەماشای دواوە دەکەین و بە چاوی پڕ لە فرمێسکەوە بۆ نەوەکانمانی دەگێڕینەوە.

فرۆید دەڵێت: «کاتێ لە یەکێک لە ڕۆژەکاندا یادەوەرییەکت بیر دەکەوێتەوە، بۆت دەردەکەوێت کە ساڵە پڕ ناڕەحەتییەکانت لە جوانترین ساڵەکانی تەمەنت بوون.»

هەر لەبەر ئەوە وتم ئەم بەهایانە... چێژ، سەرکەوتنی ماددی، ئەوەی هەمیشە ڕاست بێت، ئەوەی هەمیشە ئەرێنی بێت...؛ نموونەی لاواز و خراپن لە پێناو ژیانی مرۆڤەکان، لە گەورەترین ساتەکانی

Scanned with CamScanner

ژیانی مرۆڤ ئەو ساتانەن کە چێژیان تێدا نەبووە، سەرکەوتنیان تێدا نەبووە، هەروەک کەس نەیناسیون و ئەرێنییش نەبوون.

بیرۆکەی سەرەکی لەم بوارەدا بریتییە لە جێگیرکردنی هەندێک بەها و پێوەری نوێ، دوای ئەوەش چێژ و دڵخۆشی و سەرکەوتن وەک بەرەنجامێک بەدوایدا دێت. ئەم بابەتانە ئەنجامی لاوەکین بۆ بەها نوێیەکان، بەڵام ئەگەر لە خودی خۆیاندا سەیریان بکەین؛ ئەوە جگە لە دەرچەی خێرا و ئاسانی بێ ناوەڕۆک، هیچ شتێکی تر نین.

پێناسەی بەهای باش و بەهای خراپ

بەها باشەکان: ١. لەسەر واقیع بنیات نراون. ٢. لە ڕووی کۆمەڵایەتییەوە بنیاتنەرن. ٣. بۆ ئێستان و توانای ڕێکخستنیان هەیە.

بەڵام بەها خراپەکان: ١. خەیاڵین. ٢. لە ڕووی کۆمەڵایەتییەوە ڕووخێنەرن. ٣. بۆ ئێستا نین و توانای ڕێکخستنیان نییە.

ڕاستگۆیی بەهایەکی باشە، چونکە دەتوانین ڕێکی بخەین و بەتەواوی دەستی بەسەردا بگرین، لەبەر ئەوەی ڕەنگدانەوەی ڕاستەقینەیە، لەبەر ئەوەی بۆ خەڵکی بەسوودە (تەنانەت ئەگەر هەندێک جار پێشمان ناخۆش بێت)، بەڵام لە لایەکی ترەوە ناوبانگ و جەماوەریبوون بەهایەکی خراپە. ئەگەر ئەوە یەکێک بێت لە بەهاکانی تۆ، یان پێوەرەکەت ئەوە بێت بۆ کەسێک کە لە ئاهەنگێکی سەماکردندا جەماوەری زۆرتر بێت؛ ئەوا زۆرینەی ئەوەی ڕوو دەدات؛ لە دەرەوەی بازنەی دەسەڵاتی خۆتدایە: تۆ نازانیت جگە

لە خۆت؛ کێی تر لەو بۆنەیەدا ئامادەیە، بەدڵنیاییەوە تۆ نیوەی ئەو کەسانەی ئامادەن؛ نایانناسیت. پاشانیش بەهای پێوەرەکە لەسەر بنەمایەکی واقیعی بنیات نەنراوە: تۆ وا هەست دەکەیت جەماوەریت یان جەماوەری نییت، لە کاتێکدا هیچ بەڵگەیەکت بەدەستەوە نییە کە بۆچوونی خەڵکی دەربارەت بسەلمێنێت. (تێبینییەکی لاوەکی: لە ئەنجامی ئەمەدا، ئەو کەسانەی ترسیان لە بۆچوونی خەڵکی تر هەیە؛ دەترسن لە ناخی خۆیاندا، لە هەموو ئەو شتە خراپانەی کە گومان دەبەن تیایاندا هەبێت، ترسی ئەوەشیان هەیە خەڵکانی تر بیدەنەوە لە ڕوویان).

ئەمانە نموونەن لەسەر بەهای باش و تەندروست: ڕاستگۆیی، نوێبوونەوە، توانای کارتێکردن، بەرگری لە خۆکردن، بەرگریکردن لە خەڵکی دیکە، ڕێزگرتنی خود، خۆشەویستی بۆ زانین، چاکەکاری، خۆبەکەمگری، داهێنان.

لە بارەی نموونەی بەهای خراپ و ناتەندروست: خۆزاڵکردن لە ڕێگای توندوتیژی و دەستێوەردان، سێکسی سنوربەزاندن، لەخۆڕازیبوون بەبەردەوامی، سووربوون لەسەر مانەوە بەبەردەوامی لە چەقی گرنگیپێداندا، ترسان لە تەنیایی، هەوڵدان بۆ ڕازیکردنی هەمووان، دەوڵەمەندی لە پێناو دەوڵەمەندی، قوربانیکردن بە ئاژەڵی بچووک بۆ خواوەندی دروستکراو.

تێبینی ئەوە دەکەیت کە مرۆڤ دەتوانێت لە ناخەوە بگاتە بەها تەندروستە باشەکان، لەوانەیە لەگەڵ بەهای لە شێوەی داهێنان و کۆبەکەمگریدا بژی، ئێستا، هەر لەم ساتەدا، پێویستە لەسەرت بە ئاراستەیەکی دیاریکراو وەرگێڕیت بۆ ئەوەی لەگەڵی بژیت. ئەم بەهایانە توانای ڕێکخستنیان هەیە، وات لێ دەکەن لە پەیوەندییەکی بەردەوامدا بیت لەگەڵ جیهان بەو شێوەیەی کە هەیە، نەک وەک

ئەوەی چۆن ئارەزووی دەکەیت.

بەلام بەها خراپەکان بەزۆری پشتبەستوون بە ڕووداوە دەرەکییەکان: فڕین بە فڕۆکەیەکی تایبەت، هەمیشە خەڵکی پێت بڵێن تۆ ڕاست دەکەیت، خاوەندارێتیی خانوویەک لە دوورگەیەکی کەمەرەیی، خواردنی خۆشترین خۆراک لە کاتێکدا ئافرەتانی سەماکەر بەدەورتدا بسووڕێنەوە. ڕاستە لەوانەیە زۆربەی کات بەها خراپەکان؛ خۆشی و چێژت پێ ببەخشن، بەلام هەموویان لە دەرەوەی توانای خۆتدان، زۆر کاتیش بەدەستهێنانیان؛ پێویستی بەو ئامرازانە دەبێت کە کۆمەڵگا دەرووخێنن.

هەروەها بابەتی ڕێکخستنی بەهاکان بە شێوەی لەپێشینەبوون، شتێکی نامۆ نییە کە هەموو مرۆڤێک حەزی لە خواردنی خۆش و بەتام بێت یان حەزی لە بوونی خانوویەک بێت لە دوورگەیەکی کەمەرەییدا. بابەتەکە لەبەرچاوگرتنی لەپێشینەبوونی بەهاکانە لەلای تۆ، ئەو بەهایانە کامانەن کە دەیانخەیتە پێش ئەوانی ترەوە کە کاریگەریی دەبێت لەسەر ئەو بڕیارانەی دەیدەیت لەچاو کاریگەریی هەر بەهایەکی تر؟

خزمەتکردنی ئیمپراتۆری یابان و گوێڕایەڵیی تەواو بۆی، یەکێک بوو لە بەهاکانی ملازم هیرو ئۆنۆدا. ئەم بەهایە ئەگەر تێنەگەیت کاتێ لە بارەیەوە دەخوێنیتەوە؛ بەهایەکی لەوپەڕی خراپیدایە، ئەو پیاوە بەڕاستی کێشەی زۆری بۆ دروست بوو، لەبەر ئەوەی لە دوورگەیەکی دوورەدەستدا بۆ ماوەی سی ساڵ مایەوە کە لەوێدا کرم و مێرووەکانی دەخوارد، پاشان بە ئەرکی خۆیشی زانی کەسانی سڤیلی بێتاوان بکوژێت. کەواتە لەگەڵ ئەوەی ئۆنۆدا خۆی بە سەرکەوتوو دەزانی، سەرەڕای ئەو ڕاستییەی پێداویستییەکانی پێوەری بەکارهێنراوی بەدەست هێنا، بەلام پێم وابێت هەموومان

Scanned with CamScanner

لەسەر ئەوە کۆکین کە ژیانی بەڕاستی ناخۆش بوو. هیچ یەکێک لە ئێمە کارەکانی بە باشە باس ناکات و هیچ کەسیشمان بە جووتێک پێڵاو نایگۆڕێتەوە.

دیف مۆستین ناوبانگ و شکۆمەندیی گەورەی بەدەست هێنا، بەڵام خۆی هەر بە شکستخواردوو دەزانی، ئەمەش لەبەر ئەوەی بەهایەکی خراپی لەخۆ گرت کە پشتی بە بەراوردێکی بێسەروبەرانەی سەرکەوتنی کەسانی تر بەستبوو. ئەم بەهایەش کێشەی زەبەلاحی بۆ دروست کرد لە شێوەی «پێویستە لەسەرم سەد و پەنجا ملیۆن سیدیی دیکە بفرۆشم، ئەو کاتە هەموو شتێک باش دەبێت»، هەروەها «لە ئاهەنگێکی گۆرانیوتنی داهاتوومدا، ناکرێت ڕازی بم بە گۆرانیوتن لە شوێنێک کە لە یاریگایەکی وەرزشی بچووکتر بێت»... ئەمەیە ئەو کێشانەی کە پێی وا بوو پێویستە چارەسەریان بکات بۆ ئەوەی بەختەوەر بێت، بەڵام ئەوە سەرسوڕهێنەر نییە کە ئەو نەگەیشتە بەختەوەری.

بە پێچەوانەی ئەوەوە، بیت بیست بەهایەکی جیاوازی هەڵبژارد، سەرەڕای ئەوەی ڕووخاو و بێهیوا بوو بە هۆی دەرکرانی لەلایەن تیپی یەکەمیەوە، بەڵام کاتێ کەمێک گەورەتر بوو؛ فێر بوو پلەبەندیی شتە گرنگەکانی ژیانی ڕێک بخاتەوە، توانیی پێوانەی ژیانی لەژێر ڕۆشناییەکی نوێدا بکاتەوە. لە ئەنجامی ئەمەشدا، بیست بووە پیاوێکی پێگەیشتووی بەختەوەری سەلامەت کە لە نازونیعمەتی ژیانێکی خۆش و خێزانێکی نایابدا ژیانی بردە سەر. جیاوازییەکە ئەوەیە کە ئەندامانی تیپەکەی پێشووی دەیان ساڵی تریان تێپەڕاند لە پێناو ئەوەدا یان هێشتنەوەی ئەوەی کە هەیانە.

کاتێک بەهایەکی خراپمان دەبێت (یان پێوەری خراپ کە بۆ خۆمان یان بۆ خەڵکانی دیکەی دادەنێین)؛ ئەوا گرنگیی زیاد لە

Scanned with CamScanner

پێویست بە شتانێک دەدەین کە گرنگ نین، واتە بە شتانێک کە ژیانمان لەوەی کە هەیە؛ خراپتر دەکەن، بەڵام کاتێک بەهای باشتر بەکار دەهێنین؛ ئەوا دەتوانین گرنگیمان بخەینە سەر شتانی باشتر، واتە بۆ ئەو شتانەی کە گرنگییان هەیە، شتانێک کە دۆخمان باشتر دەکات و بەختەوەری و دڵخۆشی و سەرکەوتنمان بۆ بەرهەم دەهێنێت.

ئەمەیە بەکورتی واتای ڕاستەقینەی «گەشەپێدانی خود»: دانانی بەها باشترەکان لە پێگەی پێشەوەی کارەکان، هەروەها هەڵبژاردنی شتی باشتر کە گرنگیپێدانی خۆتی پێ دەبەخشێت، بەمەش کێشەکانت باشتر دەبن؛ کاتێ شتە باشەکان دەکەیتە چەقی گرنگیپێدانت. کاتێکیش کێشەکانت باشتر بن، ئەوا ژیانیشت باشتر دەبێت.

ئـەوەی مـاوە لـەم کتێبە؛ گرنگی دەدات بـە پێنج بـەها کە پێچەوانەن لەگەڵ پێشبینییە چاوەڕوانکراو و دەقپێوەگیراوەکان، بەڵام بەلای منەوە باشترین ئەو بەهایانەن کە ئەگەر مرۆڤ لە خۆیان بگرێت؛ سوودی پێ دەگەیەنن. هەموو ئەم بەهایانە سەر بە «یاسای گـەڕانـەوە»ن کە پێشتر باسمان کـردووە، ئەمەش لەبەر ئەوەی بەهای نەرێنین، هەموو ئەم بەهایانە پێویستیان بە ڕووبەڕووبوونەوەی کێشە هەرە قووڵەکانە لەبریی خۆدزینەوە لە کێشەکان لە ڕێی دەرچە ئاسانە خێراکانەوە. ئەم پێنج بەهایانە کلاسیکی نین و لە هەمان کاتیشدا ئاسوودەبەخش نین، بەڵام من وای دەبینم ئەم بەهایانە توانای گۆڕینی ژیانی مرۆڤیان هەیە.

بەهای یەکەم کە لە بەندی دواتـردا تیشکی دەخەینە سەر، بریتییە لە شێوەیەکی توند لە شێوەکانی بەرپرسیارێتی: هەڵگرتنی بەرپرسیارێتی لە هەر شتێک کە لە ژیانتدا ڕوو دەدات، بەبێ

لەبەرچاوکردنی ئەوەی خەتا لە کێوەیە. بەهای دووەم بریتییە لە بەدگومان بوون: دانانت بە نەزانی و هەبوونی گومانی بەردەوام لە بیروبۆچوون و بڕواکانتدا. بەهای سێهەم بریتییە لە شکستهێنان یان سەرنەکەوتن: ئامادەگیت بۆ دۆزینـەوەی هەڵە و خاڵە لاوازەکانت، بۆ ئەوەی بتوانیت کاریان لەسەر بکەیت بەرەو باشتر. چوارەم بریتییە لە ڕەتکردنەوە: توانات هەبێت وشەی «نا» بڵێیت، هەروەها توانای بیستنیت هەبێت، ئەمە بەتەواوی و بەڕوونی دیاریی دەکات کە لە ژیانتدا چیت قبوڵە و چیت قبول نییە. پاشان بەهای کۆتایی دێت کە بریتییە لەوەی ورد بیتەوە لەو ڕاستییەی کە تۆ نەمر نییت، ئەم بەهایە گرنگییەکی یەکلاکەرەوەی هەیە، لەبەر ئەوەی کاتێ مرۆڤ ئاگای لەوە بێت کە دەمرێت؛ لەوانەیە تاکە یارمەتیدەرمان بێت لە ڕوانین بۆ هەموو بەهاکانی دیکەمان بە شێوەیەکی تەندروست.

بەندی پێنجەم
تۆ لە حاڵەتێکی هەڵبژاردنی بەردەوامدایت

بیهێنە پێش چاوی خۆت کاتی کەسێک چەکێکی لەسەر سەرت ڕاگرتووە و پێت دەڵێت دەبێ چل و دوو کیلۆمەتر بڕۆیت لە کەمتر لە پێنج کاتژمێردا، ئەگەرنا خۆت و هەموو ئەندامانی خێزانەکەشت بەیەکەوە دەکوژێت.

ئەمە چەند خراپە! هەروەها بیهێنە پێش چاوی خۆت کە ئێستا جووتێک پێلاوی جوانت کڕیوە لەگەڵ پێداویستییەکانی ڕۆیشتن، پاشان چەند مانگێکی زۆر ڕاهێنانت لەسەر ڕۆیشتن کردووە، هەروەها بیهێنە پێش چاوی خۆت کە دواتر ڕۆیشتوویت و بەشداریت لە پێشبڕکێی ماراسۆندا کردووە، هەموو ئەندامانی خێزانەکەشت لەگەڵ هاوڕێکانتدا وەستاون و لەلای هێڵی کۆتاییەوە هوتافت بۆ دەکێشن.

لەوانەیە ئەو ساتە یەکێک بێت لەو ساتانەی لە ژیانتدا زۆرترین شانازی و سەربەرزیی تێدا دەبینیت.

ئەوە هەمان ماوەیە: چل و دوو کیلۆمەتر، هەروەها ئەوە خۆتیت کە ئەو ماوەیەت بڕیوە، هەمان ئەو هەوڵ و کۆششەن کە

قاچەکانی تۆ دەیدەن، بەڵام لە حاڵەتی دووەمدا بەوپەڕی ویستی خۆتەوە هەڵیدەبژێریت و ئامادەکاریی بۆ دەکەیت و ئەنجامەکەشی دەبێتە ڕووداوێکی دیار لە ڕووداوە گرنگ و شکۆمەندەکانی ژیانت، بەڵام کاتێ کارەکە بەسەرتدا دەسەپێنرێت و پێچەوانەی ویستی خۆتە؛ ئەوە دەبێتە ئەزموونێکی مەترسیدار لە ئازاربەخشترین ئەزموونەکانی ژیانت.

زۆر جار تاکە جیاوازی لەنێوان کێشەیەکی بەئازار و کێشەیەک کە سەراپای گیانت پڕ دەکات لە وزە، ئەوەیە کە هەست دەکەیت خۆت بە دەستی خۆت ئەو کێشەیەت هەڵبژاردووە و خۆشت لێی بەرپرسیت.

ئەگەر لە حاڵی ئێستادا خۆت وەک کەسێکی بەدبەخت دەبینیت؛ ئەوە ئەگەرێکی زۆری هەیە کە ئەو هەستە، لانی کەم لە بەشێکیدا، دەرئەنجامی ئەوە بێت کە کارەکە لە دەرەوەی ویستی خۆت بووە... کێشەیەک هەیە کە توانای چارەسەرکردنیت نییە، کێشەیەکە کە بەسەرتدا سەپێنراوە و هەڵبژاردەی خۆت نەبووە.

بەڵام کاتێک خۆمان کێشەکانمان هەڵدەبژێرین؛ ئەوا هەست بە توانا دەکەین، وەک ئەوەی وزەیەکی نوێمان پێ بەخشرابێت، کاتێکیش هەست دەکەین کێشەکانمان بەسەرماندا سەپێنراون لە دژی ویستی خۆمان؛ ئەوا خۆمان بەبەدبەخت دێتە پێش چاو و خۆمان بە قوربانی دەبینین.

هەڵبژاردن

ویلیام جیمس کێشەی زۆری هەبوو، بەڕاستی کێشەی خراپیش بوون، ڕاستە ئەو لە خێزانێکی دەوڵەمەند و دیاردا لەدایک بوو، بەڵام

Scanned with CamScanner

هەر لە لەدایکبونیەوە بەدەست کێشەی گەورەی تەندروستییەوە دەیناڵاند کە ژیانیان خستبووە بەر مەترسی: کێشەیەک لە چاویدا کە لە سەردەمی منداڵیدا ماوەیەک کوێری کرد، هەروەها نەخۆشییەکی توندی گرت لە سکیدا کە وای دەکرد زۆر بڕشێتەوە و ناچاری کرد سیستمێکی خۆراکیی زۆر ئاڵۆز و هەستیار پیادە بکات، هەروەها گوێیەکانیشی کێشەیان هەبوو، هەروەها تەشەنوجاتی توند لە پشتیدا دروست بوو کە ناچاری دەکرد بۆ ماوەی چەند ڕۆژێک لە ماڵەوە نەتوانێت دابنیشێت یان بەڕێکی بەپێوە بوەستێت.

لە ئەنجامی ئەم کێشانەشیدا، جیمس زۆربەی کاتەکانی ژیانی لە ماڵەوە بەسەربرد. هاوڕێی زۆری نەبوو، هەروەها ئاستی لە قوتابخانە باش نەبوو، بەڵام کاتەکانی بە وێنەکێشانەوە بەسەر دەبرد، ئەمە ئەو تاکە شتە بوو کە پێی خۆش بوو و ئەو تاکە ئیشە بوو کە پێی وا بوو تیایدا سەرکەوتووە.

بەڵام بەداخەوە جگە لە خۆی، کەسی تر نەیدەزانی کە ئەو لە وێنەکێشاندا باشە. کاتێک کە گەورە بوو و بوو بە پیاوێک، کەس ئامادە نەبوو کارەکانی لێ بکڕێت. بە تێپەڕبوونی ساڵەکان، باوکی (کە پیاوی کار و خاوەن سامانێکی زۆر بوو) کەوتە گاڵتەپێکردنی و پێی دەوت کە تەمەڵە و هیچ بەهرەیەکی نییە.

لەو میانەیەدا، (هێنری جیمس)ی برا بچووکی بووە ڕۆماننوسێکی بەناوبانگی جیهانی، هەروەها ئەلیس جیمس؛ خوشکەکەی لە ڕێگەی نووسینەکانیەوە داهاتێکی باشی دەست دەکەوت، تەنها ویلیام؛ کەسی شکستخواردووی خێزانەکە بوو، ئەو مەڕە ڕەشەکە بوو!

لە دوا هەوڵدا بۆ ڕزگارکردنی داهاتووی (جیمس)ی گەنج، باوکی بڕیاری دا پەیوەندییە فراوانەکانی بەکار بهێنێت بۆ وەرگیرانی کوڕەکەی لە کۆلێژی پزیشکی لە زانکۆی هارڤارد. باوکی پێی وت

ئەمە دوایین هەلیەتی، ئەگەر ئەم جارە شکست بخوات؛ ئەوە هیچ ئومێدێکی پێی نامێنێت.

بەڵام جیمس بە هیچ شێوەیەک لە زانکۆی هارڤارد ئاسوودە نەبوو، خوێندنی پزیشکی بە هیچ شێوەیەک حەزی ئەو نەبوو، هەمیشە بە جۆرێک کاتەکانی بەسەر دەبرد کە پێی وا بوو کەسێکی ساختە و درۆزنە. لەدوای هەموو شتێک، ئەگەر ئەو نەتوانێت کێشە تەندروستییەکانی خۆی چارەسەر بکات؛ ئەی چۆن دەکرێت جێی ئومێد بێت بۆ یارمەتیدانی خەڵکانی تر لە چارەسەرکردنی کێشەکانیاندا! ڕۆژێک لەدوای سەردانی بۆ یەکێک لە بنکە تەندروستییە دەروونییەکان لە زانکۆ، جیمس لە بیرەوەرییەکانی ڕۆژانەیدا نووسیبووی ئەو هەست دەکات هێندەی لە نەخۆشەکانەوە نزیکە، هێندە لە پزیشکەکانەوە نزیک نییە.

چەند ساڵێک تێپەڕین، پاشان جیمس کۆلێژی پزیشکیی جێ هێشت لەگەڵ ئەوەی باوکی دژی ئەو هەنگاوەی بوو، بەڵام جیمس پێی باش بوو لەبریی ڕووبەڕووبوونەوەی تووڕەبوونە سووتێنەرەکانی باوکی؛ لێی دوور بکەوێتەوە، پەیوەندیی کرد بە نێردراوێکی ئەنسرۆپۆلۆجی کە بەنیاز بوون بڕۆن بۆ دارستانە باراناوییەکانی ئەمازۆن.

ئەمە لە شەستەکانی سەدەی نۆزدەدا ڕووی دا، کاتێک گەشتکردن لەنێوان کیشوەرەکاندا کارێکی زەحمەت و پڕ مەترسی بوو. ئەگەر بەمنداڵی یاریی کۆمپیوتەریی (ڕێگای ئۆریۆن)ت کردبێت، ئەویش هاوشێوەی ئەو دیمەنانە بوو کە لەو یارییەدا دەبینران... نەخۆشیی زەحیری و گایەکان کە لەناو ڕووبارەکەدا نقومت دەکەن، لەگەڵ هەموو شتێک.

لەگەڵ ئەوەدا جیمس توانیی بگاتە ئەمازۆن و لەوێ سەرکێشیی

Scanned with CamScanner

ڕاستەقینەی دەست پێ کرد، ئەوەی جێی سەرسوڕمان بوو؛ تەندروستییە لاوازەکەی بە درێژایی ماوەی گەشتەکەی خۆڕاگر بوو، بەڵام لە کۆتاییدا پێی گەیشت و لەوێ نەخۆش کەوت، یەکەم ڕۆژی دوای گەیشتنی؛ تووشی سورێژە بوو و نزیک بوو لەناو دارستانەکاندا بمرێت.

پاشتر تەشەنوجی پشتی بۆ گەڕایەوە، بە جۆرێک بەئازار بوو کە نەیدەتوانی بڕوات بە ڕێگادا. ئەوجا بە هۆی نەخۆشیی سورێژەوە تەواو بێهێز و لاواز بووبوو، هەروەها جووڵەی نەمابوو بە هۆی ئازاری پشتیەوە، بەتەنها لە دارستانەکانی باشووری ئەمەریکا جێ هێڵرابوو (ئەندامەکانی دیکەی نێردەکە ڕۆیشتن و بەجێیان هێشت)؛ بەبێ ئەوەی بزانێت چۆن بگەڕێتەوە بۆ وڵاتەکەی. گەشتێکی دوورودرێـژ کە چەند مانگێکی دەوێت و لەوانەیە بمرێت، بەر لەوەی بگاتە جێ.

بەڵام لە کۆتاییدا توانیی بە هەر شێوەیەک بێت بگەڕێتەوە بۆ (نیو ئینگلاند)، لەوێ باوکی کە بێهیوابییەکەی بەرامبەری گەیشتبووە ئەوپەڕی؛ پێشوازیی لێ کرد. هاوڕێ گەنجەکەمان لەو کاتەدا چیتر لە سەرەتای لاوێتیدا نەبوو، تەمەنی لە سی ساڵ نزیک بووبووەوە و هێشتا بێکار بوو. لە هەر شتێکدا کە هەوڵی بۆ بدایە؛ شکستی دەهێنا، جەستەی هەمیشە ناپاکیی بەرامبەر دەکرد و لەگەڵ نەبوونی هیچ هیوایەک بۆ باشتربوونی دۆخی تەندروستیی لە داهاتوودا، سەرەڕای هەموو خاڵە ئەرێنییەکان و هەلەکانی ژیان، بەڵام لە هەموو شتێکدا دۆڕاندی. نارەحەتی و بێهیوایی بوونە دووانەیەکی تاقانە و جێگیر لە ژیانیدا. جیمس تووشی خەمۆکییەکی قووڵ بوو و دەستی کرد بە دانانی نەخشە بۆ کۆتاییهێنان بە ژیانی.

بەڵام شەوێک دانیشت و وانەکانی چارلز بێرسی دەخوێندەوە،

ئەو خوێندنەوەیە وای لێ کرد کە تاقیکردنەوەیەکی بچووک ئەنجام بدات، لە یادەوەرییەکانی ڕۆژانەیدا نووسیی ساڵێک بەڕێ دەکات کە تیایدا خۆی وا دادەنێت کە لە سەددا سەد خۆی بەرپرسە لە هەموو ئەو شتانەی لە ژیانیدا ڕوو دەدەن، جا هۆکاری ڕووداوەکان هەر چییەک بێت. لە ماوەی ئەو ساڵەشدا هەموو هەوڵێک کە لە توانایدا هەیە، دەیدات بۆ گۆڕینی بارودۆخی ژیانی؛ هەرچەندە ئەگەری شکستهێنانیشی لەو کارەدا زۆر بێت. ئەگەر لە ماوەی ئەو ساڵەدا هیچ شتێک باش نەبوو، ئەوە بەتەواوی ڕوون دەبێتەوە کە ئەو بەڕاستی بێدەسەڵاتە و توانای ڕووبەڕووبوونەوەی دۆخی دەوروبەری خۆی نییە و لەو حاڵەتەدا کۆتایی بە ژیانی خۆی دەهێنێت.

ئەنجامی ئەو تاقیکردنەوەیەی پێی هەستا، چی بوو؟ ویلیام جیمس بووە باوکی زانستی دەروونناسیی ئەمەریکا! بەرهەمەکانی بۆ دەیان زمانی جیهان وەرگێڕدران، خەڵکی بە یەکێک لە کاریگەرترین ڕۆشنبیران و فەیلەسووفان و زانایانی دەروونناسییان دادەنا لە تەواوی نەوەکەی خۆیدا، بووە مامۆستا لە زانکۆی هارڤارد، بەناو هەموو ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمەریکا و ئەورووپادا گەڕا بۆ پێشکەشکردنی وتارەکانی.

ژنی هێنا و بووە باوکی پێنج منداڵ (یەکێک لەوانە ناوی هێنری بوو، کە بووە نووسەر و گێڕەرەوەیەکی ناودار و بووە خاوەنی خەڵاتی پۆلیتزر بۆ ئاداب). ماوەیەک دواتر جیمس ئاماژەی بە تاقیکردنەوە بچووکەکەی کرد بە ناوی «سەرلەنوێ لەدایکبوونەوە»، پاشان هەموو ئەوانەی لە ژیانیدا بەدەستی هێنابوو؛ دایە پاڵ ئەو تاقیکردنەوەیە.

ساتێکی تێگەیشتنی سادە بوونی هەیە کە هەموو ئەو پێشکەوتن

و گەشەپێدانە خودییەی مرۆڤ بەدەستی دێنێت؛ لەوێوە سەرچاوە دەگرن، ئەوە ساتێکە کە تیایدا تێدەگەین کە ئێمە، ئێمەی تاک، لە هەموو شتێکی ژیانمان بەرپرسیارین، بەبێ ڕەچاوکردنی ئەو بارودۆخەی لە دەوروبەرمان دەگوزەرێت.

ئێمە هەمیشە دەسەڵاتمان نییە لەوەی بەسەرمان دێت، هەروەها ئەوەی کە تووشمان دەبێت، بەڵام هەمیشە دەسەڵاتمان هەیە بەسەر چۆنێتیی ڕوونکردنەوەی ئەوەی بەسەرمان هاتووە، سەرەڕای دەسەڵاتمان بەسەر چۆنێتیی وەڵامدانەوەماندا بۆی.

ئەگەر بەوپەڕی ئاگاییەوە بیزانین یان نەیزانین؛ ئێمە هەمیشە بەرپرسین لە ئەزموونەکانمان و ئەوەی بەسەرمان دێت، مەحاڵە ئێمە بەرپرس نەبین، لەبەر ئەوەی هەڵبژاردنمان بۆ ئەوەی بەئاگایانە ڕووداوەکان شی نەکەینەوە؛ خۆی لە ڕاستیدا شیکردنەوەیەکە بۆ ئەو ڕووداوانە. تەنانەت ئەگەر ئۆتۆمبیلێک لێت بدات کە چەند گاڵتەجارێک لێیبخوڕن یان هەرچی منداڵی ناو پاسی قوتابخانەیە هەموویان میزت پێدا بکەن، ئەوا بەرپرسیارێتیی تۆیە واتای ڕووداوەکە شی بکەیتەوە و وەڵامی خۆتی بۆ هەڵبژێریت.

جا ئەگەر ئەم بابەتە سەرسامامان بکات یان نەیکات، بەڵام ئێمە هەمیشە ڕۆڵێکی کاریگەرمان هەیە لەوەی بۆمان ڕوو دەدات و ئەوەش کە لە ناوماندا ڕوو دەدات، ئێمە هەمیشە واتای هەموو ساتەکان و هەموو ڕووداوەکان شی دەکەینەوە، هەروەها ئێمە بەردەوام ئەو بەهایانە هەڵدەبژێرین کە لەگەڵیان دەژین لەگەڵ ئەو پێوەرانەی هەر شتێکی پێ پێوانە دەکەین کە بەسەرمان دێت. زۆر جار لەوانەیە ئەو ڕووداوەی دێتە پێش، خۆی باش یان خراپ بێت بەپێی ئەو پێوەرەی ئێمە بەکاری دەهێنین.

بیرۆکەکە ئەوەیە کە ئێمە هەمیشە لە حاڵەتێکی هەڵبژاردنی

Scanned with CamScanner

بەردەوامداین، جا پێی بزانین یان نا، ئێمە بەردەوام بەو جۆرەین.

بابەتەکە دەکەوێتە سەر ئەوەی لە واقیعی ڕاستەقینەدا شتێک بوونی نییە بە ناوی گرنگینەدان بە هیچ شتێک بەرەهایی، ئەمە کارێکی ئەستەمە، پێویستە هەریەک لە ئێمە گرنگی بە شتێک بدەین، تەنانەت ئەگەر بڕیاریشت دا گرنگی بە هیچ شتێک نەدەیت؛ ئەوە خۆی لە خۆیدا گرنگیدانە بە شتێک، گرنگیدانە بەوەی گرنگی بە هیچ شتێک نەدەیت!

پرسیاری ڕاستەقینە ئەوەیە: چی هەڵبژێرین بۆ ئەوەی گرنگی پێ بدەین؟ ئەو بەهایانە چین کە هەڵیاندەبژێرین بۆ ئەوەی کردەوەکانمان بدەینە پاڵیان؟ ئەو پێوەرانە کامانەن کە هەڵیاندەبژێرین بۆ پێوانەکردنی ژیانمان؟ ئایا ئەمانە هەڵبژاردنی باشن؟ ئایا بەهای باش و پێوەری باشن؟

هەڵەی بەرپرسیارێتی/تاوان

ساڵانی ڕابـردوو، کاتێ گەنجتر بووم لە ئێستا، هەروەها بێعەقڵتر بووم، لە وێبلاگی خۆم لە ئینتەرنێت شتێکم نووسی، لە کۆتاییەکەیدا شتێکی هاوشێوەی «هەروەک یەکێک لە فەیلەسووفە گەورەکـان ڕۆژێـک وتـی: بەرپرسیارێتیی گـەورە، هاوشانی دەسەڵاتی گەورەیە»، ئەم وتەیەم بەلاوە جوان بوو کە ئاماژەیە بۆ دانایی و زانین، ناوی خاوەنی وتەکەم نەدەزانی، هەروەها لە ڕێگای گەڕانی گوگڵەوە نەمتوانی بیدۆزمەوە، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا نووسیم، لەگەڵ ئەو نووسینەمدا زۆر گونجاو بوو.

لەپاش دە خولەک، یەکەم کۆمێنت بۆ بابەتەکەم نووسرا: «وا بزانم ئەو فەیلەسووفە گەورەیەی ئاماژەت پێ داوە، کەس نییە جگە

Scanned with CamScanner

لە ئەنکل بین لە فیلمەکەی پیاوی شەمشەمەکوێرەدا».

ئەمە هاوشێوەی وتەیەکی تری فەیلەسووفێکی مەزن بوو: «سەیرە!»

وتەی «بەرپرسیارێتیی گەورە، هاوشانی دەسەڵاتی گەورەیە»، دوا وتەکانی ئەنکل بین بوو پێش ئەوەی دزێک بیکوژێت کە پیاوی شەمشەمەکوێرە لێی گەڕابوو کە ڕابکات، ئەویش لەسەر سەکۆیەک لەناو حەشاماتی خەڵکدا و بەبێ هیچ هۆکارێکی ڕوون. ئای لەو فەیلەسووفە گەورەیە!

لەگەڵ ئەوەشدا ئێمە گوێمان لێ دەبێت کە خەڵکی زۆر ئەم وتەیە بە بەڵگە دەهێننەوە، لە دەوروبەرمان زۆر دەوترێتەوە... بەگشتی لەدوای چەند پەرداخێک لە بیرە، بۆ گاڵتەجاڕی دەوترێتەوە. ئەمە یەکێکە لەو وتە سەرکەوتووانەی کە بەڕاستی زۆر زیرەکانەیە، بەڵام تەنها هەواڵێکت پێ دەڵێت کە خۆت لە بنەڕەتدا دەیزانیت، تەنانەت ئەگەر پێشتریش بیرت لە بابەتەکە نەکردبێتەوە.

«بەرپرسیارێتیی گەورە، هاوشانی دەسەڵاتی گەورەیە».

ئەمە ڕاستە، بەڵام کۆپییەکی باشتر لەم وتەیە هەیە، کۆپییەکی قووڵە بەڕاستی پێویستی بە هیچ نییە جگە لە گۆڕینی شوێنی هەندێک لە وشەکان: «دەسەڵاتی گەورە، هاوشانی بەرپرسیارێتیی گەورەیە.»

هەتا لە ژیانماندا زیاتر هەستکردن بە بەرپرسیارێتی هەڵبژێرین، دەسەڵاتێکی گەورەتر پیادە دەکەین بەسەریدا، لێرەوە قبوڵکردنی بەرپرسیارێتیمان بۆ کێشەکان؛ هەنگاوی یەکەمە بە ئاڕاستەی چارەسەرکردنی.

جارێک پیاوێکم ناسی کە بڕوای وا بوو هۆکاری ئەوەی ئافرەتان لێی دوور دەکەونەوە، ئەوەیە کە باڵای زۆر کورتە.

Scanned with CamScanner

پیاوێکی خوێندەوار و سەرنجڕاکێشی جوان بوو (واتە لە بنەڕەتدا کەسێکی بەنرخ بوو)، بەڵام باوەڕی وا بوو کە ئافرەتان پێی سەرسام نابن بە هۆی ئەوەی باڵای زۆر کورتە.

لەبەر ئەوەی خۆی زۆر بەکورتەباڵا دەهاتە پێش چاو، لە کاتی چوونەدەرەوەدا زۆر خۆی لە بەیەکگەیشتن لەگەڵ ئافرەتان دەپاراست. جارێک ئەو کارەی کرد کە زۆر بەکەمی ئەنجامی دەدا، بچووکترین هەڵسوکەوتی ئافرەتان بەوە تێدەگەیشت کە ئەوان بە سەرنجڕاکێش نایبینن تا ئاستێک باوەڕی بەوە بێت کە جێی سەرنجیان نییە، ئەگەرچی لە ڕاستییشدا پێی سەرسام بن. بێگومان ڕوونە کە پەیوەندیی لەگەڵ ئافرەتاندا، لەوپەڕی لاوازیدا بوو.

ئەوەی ئەو پیاوە لێی تێنەگەیشت، ئەوە بوو کە ئەو بەهایەی هەڵبژارد؛ بووە هۆی دۆڕاندنی: بەرزیی باڵا! وای دانابوو کە ئافرەتان جگە لە پیاوی باڵابەرز؛ بە کەسی تر سەرسام نابن، ئەمە واتە هەر لە سەرەتاوە شکست چاوەڕێیەتی، هەرچەندە هەوڵیش بدات.

ئەو هەڵبژاردنە، متمانە و هێز لە خاوەنەکەی زەوت دەکات. بەڕاستی خستیە بەردەم کێشەیەکی خراپ: کە ئەگەر بەرزیی باڵای مرۆڤ وەک پێویست نەبێت لە جیهانێکدا کە تەنها بۆ باڵا بەرزەکان دروست کرابێت (تەنها بە بۆچوونی ئەو)، چەندین بەهای زۆر باشتر هەبوون کە ئەو پیاوە دەیتوانی لە خۆیان بگرێت لە بارەی پەیوەندییەکانی لەگەڵ ئافرەتاندا. «دەمەوێت چاوم بەو ئافرەتانە بکەوێت کە بە ڕاستەقینەی من سەرسامن»، ڕەنگە ئەم دەربڕینە گونجاو بووایە بۆ دەستپێکردن: پێوەرێک کە هەردوو بەهای ڕاستگۆیی و قبوڵبوونی لەخۆ دەگرت، بەڵام ئەو ئەم دوو بەهایەی هەڵنەبژارد، بەڵکوو لەوانەیە نەیزانیبێت کە خۆی دەتوانێت بەهایەک

هەڵبژێریت (یان توانای هەڵبژاردنی هەیە). سەرەڕای تێنەگەیشتنی بۆ ئەوە، ئەو خۆی بەرپرسە لە کێشەکانی.

سەرەڕای بەرپرسیاریتی؛ ئەو پیاوە بەو شێوەیە مایەوە و بەردەوام سەرزەنشتی خۆی دەکرد، بە کارمەندی بارێ دەوت: «بەلام هیچ بژاردەیەکم بەدەستەوە نییە، ناتوانم هیچ کارێک بکەم! ئافرەتان ڕووکەشبین و بێنرخن، هەرگیز نابمە جێی سەرنجیان!» بەڵێ، لە ڕاستیدا هەموو ئافرەتێک تاوانبارە، لەبەر ئەوەی ناکرێت سەرسام بێت بە پیاوێک کە ئەم هەموو لاوانەوەیە بۆ خۆی بکات، پیاوێکی بێناوەرۆک کە بەهای خراپی هەڵگرتووە، ئەمە بابەتێکی یەکجار ڕوونە!

لە بارەی هەڵگرتنی بەرپرسیاریتیی کێشەکانیانەوە؛ زۆربەی خەڵکی دوودڵـن، چونکە وا گومان دەبـەن ئەگەر خۆت هۆکار نەبوویت بۆ دروستبوونی کێشەکان؛ ئەوا خۆت بەرپرسیاریتییەکەی هەڵناگریت.

لە کلتووری ئێمەدا زۆر کات باسی خەتا و بەرپرسیاریتی دێتە پێشەوە، بەڵام ئەو دووانە؛ یەک شت نین. ئەگەر بە ئۆتۆمبێلەکەی خۆم لە تۆم دا؛ ئەوا من خەتابارم، ئەگەری زۆریش هەیە یاسا بە شێوەیەک بەرپرسم بکات لە قەرەبووکردنەوەی تۆ لەو ڕووداوەدا، تەنانەت ئەگەر بەرێکەوتیش ئەوە ڕووی دابێت؛ هەر من بەرپرسیار دەبم. بنەمای خەتاباربوون لە کۆمەڵگای ئێمەدا بەم شێوەیە کار دەکات: ئەگەر خراپەت کرد، پێویستە لەسەرت هەڵەکەت ڕاست بکەیتەوە یان لەبریی ئەوەدا قەرەبوو بدەیت. پێویستە کارەکە بەو شێوەیە بێت.

بەڵام هەندێک کێشە هەیە کە تاوانەکەی ناکەوێتە ئەستۆی ئێمە، بەڵام ئێمە هەر لێیان بەرپرسیارین.

Scanned with CamScanner

ئەمەش نموونەیەکە لەو بارەیەوە: ئەگەر بەیانییەک لەخەو هەستایت و بینیت منداڵێکی تازەلەدایکبوو لەبەردەم ماڵەکەتدایە؛ کەس ناتوانێت لەسەر بوونی ئەو منداڵە لەوێدا خەتابارت بکات، بەڵام ئێستا بەرپرسیارێتیی ئەو منداڵە لەئەستۆی تودایە، لەسەر تۆیە کارێک هەڵبژێریت تا بۆی ئەنجام بدەیت. ئەوەی هەڵیدەبژێریت هەر چییەک بێت (هێشتنەوەی منداڵەکە لەلای خۆت، یان خۆرزگارکردن لێی، یان پشتگوێخستنی، یان فڕێدانی بۆ ناو چاڵێک)، چەند کێشەیەک هەیە کە پەیوەستن بە هەڵبژاردنی تووە، تۆش بەرپرس دەبیت لە دەرکەوتنی ئەو کێشانە.

دادوەرەکان ناتوانن ئەو دۆسیانە هەڵبژێرن کە دێنە لایان. کاتێک دۆسیەیەک دەچێتە دادگا، ئەوا ئەو دادوەرەی بۆی رادەسپێردرێت؛ ئەو کەسە نییە کە تاوانەکەی ئەنجام داوە، شایەتیش نییە بەسەر تاوانەکەوە، کارتێکراو نەبووە بە تاوانەکە، بەڵام دەبێتە بەرپرس لە بارەی ئەو تاوانەوە، لەو کاتەشدا پێویستە لەسەر ئەو دادوەرە لە ئەنجامی تاوانەکەدا سزایەکی بۆ هەڵبژێرێت: پێویستە لەسەری ئەو پێوەرە هەڵبژێرێت کە ئەو تاوانەی پێ دەپێوێت، هەروەها سوور بێت لەسەر جێبەجێکردنی ئەو پێوەرە.

ئێمە بە درێژایی کات بەرپرسین لەو رووداو و ئەزموونانەی خۆمانی لەسەر سەرزەنشت ناکرێین، ئەمە بەشێکە لە ژیان.

رێگای زۆر هەن بۆ دۆزینەوەی جیاوازییەکانی نێوان ئەو دوو بیرۆکەیە. خەتابارکردن شتێکە بۆ رابردوو و بەرپرسیارێتیی کارێکە لە داهاتوودا. خەتابارکردن بەرەنجامی چەند هەڵبژاردنێکە کە بە کردار گیراوەتە بەر. بەرپرسیارێتی بەرەنجامی هەڵبژاردنێکە کە ئێستا دەیگرێتە بەر لە هەر چرکەیەکی ژیانت. تۆ بڕیار دەدەیت ئەمە بخوێنیتەوە، تۆش بڕیار دەدەیت کە بیر لە ئەنجامەکانی

Scanned with CamScanner

بکەیتەوە، پاشان هەر تۆیت بڕیار دەدەیت کە ئەو ئەنجامانە قبوڵ دەکەیت یان ڕەتی دەکەیتەوە. لەوانەیە خەتابارکردن بۆ من بێت لەوەی تۆ ئەم بیرکردنەوەیە بە ناتەواو دەبینیت (ئەوانە بیرۆکەی منن و خۆیشم سەرزەنشتکراوم لە کەموکوڕییەکانی)، بەڵام تۆ بەرپرسیاریت لەو بەرەنجامەی دوای خوێندنەوەیان بەدەستی دەهێنیت. تۆ سەرزەنشتکراو نییت لەسەر ئەوەی کە من ئەم ڕستەیەم هەڵبژاردووە تا بینووسم، بەڵام تۆ بەرپرسیار دەبیت لە هەڵبژاردنت بۆ خوێندنەوەی یان نەخوێندنەوەی.

جیاوازی هەیە لەنێوان خەتابارکردنی کەسێکی تر لەسەر بارودۆخێکی تر، لەگەڵ ئەوەی کە ئەو کەسە بە شێوەیەکی کرداری بەرپرس بێت لە مامەڵەکردن لەگەڵ ئەو بارودۆخە. هەرگیز کەس لە بارودۆخێکی تۆ بەرپرس نییە، لەوانەیە لۆمەی کەسانی زۆر بکرێت لەبەر ئەوەی تۆ بەختەوەر نییت، بەڵام کەس بەرپرس نییە لەوەی تۆ بەختەوەر نییت جگە لە خۆت، ئەمەش لەبەر ئەوەی تۆیت کە هەمیشە دەتوانیت هەڵیبژێریت چۆن دەڕوانیتە کارەکان و چۆن وەڵامت بۆیان دەبێت و چۆن هەڵیاندەسەنگێنیت. پێویستە هەمیشە ئەو پێوەرە هەڵبژێریت کە ئەزموونەکانی خۆتی پێ دەپێویت.

یەکەمین کچە هاوڕێم دەستپێشخەر بوو لە وازهێنان لە من بە شێوەیەکی ئاشکرا، ئەو لەگەڵ مامۆستاکەی ناپاکیی بەرامبەرم کرد، ئەمەش شتێکی ناخۆش بوو، مەبەستم لە وشەی «ناخۆش» ئەوەیە کە هەستم دەکرد ئەو کارە هاوشێوەی ئەوەیە کە سەد و پەنجا و سێ بۆکس لە سکم بدرێت. بارودۆخەکە خراپتر بوو، کاتێ ڕووبەڕووی بوومەوە و بەخێرایی وازی لە من هێنا و چوو بۆ لای ئەو. هیچ دوودڵ نەبوو، بەڵکوو ئەو چەند ساڵەی خستە ئەولاوە کە بەیەکەوە بووین؛ بەبێ ئەوەی گرنگی بە بابەتەکە بدات.

Scanned with CamScanner

دوای ئەوە چەند مانگێکم بە هەستکردنێکی قووڵ بە بەدبەختی بەسەر برد، ئەمەش شتێکی چاوەڕوانکراو بوو، بەڵام ئەوم بە بەرپرس زانی لە بەدبەختبوونم، ئـەوەش نەیگەیاندم بە هیچ ئەنجامێک، باوەڕم پێ بکەن! بەڵکوو زیاتر بەدبەختی کردم.

بینیتان؟ نەمتوانی بەسەریدا زاڵ ببم، لە دەرەوەی دەسەڵاتی خۆم بوو، زۆر جار پەیوەندیم پێوە دەکرد، زۆر هاوارم بەسەریدا دەکرد، تکام لێ دەکرد بگەڕێتەوە بۆ لام، یان لەناکاو سەردانی ماڵیانم دەکرد، یان ئەنجامدانی کاری بێنرخ و بێعەقڵانە کە ئەو کەسانەی لە دۆخی مندا بن؛ ئەنجامی دەدەن، بـەڵام هەرگیز نەمتوانی زاڵ بم بەسەر هەست و کارەکانیدا. لە کۆتاییشدا لەگەڵ ئەوەی خەتای ئەو ژیان و هەستەی منی تێدا بووم لە ئەستۆی ئەو بوو، بەڵام هەرگیز ئەو لێی بەرپرس نەبوو، خۆم لێی بەرپرس بووم.

لە کاتێکی تردا لـەدوای بڕی پێویست لە فرمێسک و کحول، بیرکردنـەوەم ئاراستەیەکی دیکەی وەرگـرت و هەستم کرد بەرپرسیارێتیم لە ئێستادا ئەوەیە سەرلەنوێ خۆم بەختەوەر بکەم، هەرچەندە ئەو کارێکی خراپی پێ کردم و سەرەڕای ئەوەش کە سەرزەنشتی ئەو دەکەم لەسەر ئەوەی کە کردی. چاوەڕێی ئەوەم نەدەکرد ئەو ئافرەتە لەناکاو بێت و لە پێناوی مندا هەموو شتێک چاک بکاتەوە، پێویست بوو لەسەر من خۆم ژیانی خۆم چاک بکەمەوە.

کاتێ بیرکردنەوەم بـەو جۆرەی لێ هـات، چەند شتێکم بۆ هاتە پێش: یەکەم شت ئەوە بوو من وردە وردە گەشەم بە خۆم دا، دەستم کرد بە ڕاهێنانە وەرزشییەکان و کاتی زیاترم لەگەڵ هاورێکانم بەسەر دەبرد (ئەوانەی پێشتر پشتگوێم خستبوون)،

Scanned with CamScanner

هەروەها بەمەبەست دەستم کرد بە بینینی خەڵکانی نوێ، بە مەبەستی خوێندن؛ گەشتێکی درێژم کرد بۆ دەرەوە، هەندێک کاری خۆبەخشیم ئەنجام دا، وردە وردە هەستم دەکرد لە بارودۆخێکی باشتردام. هێشتاش ڕقم لە هاوڕێ کچەکەی پێشوومە بە هۆی ئەو کارەی لەگەڵم کردی، بەڵام لانی کەم ئێستا بەرپرسیاریێتی هەڵچوون و هەستەکانی خۆم هەڵدەگرم، لە ئەنجامی ئەم کارەشدا بەهای باشتر هەڵدەبژێرم: ئەو بەهایانە هەڵدەبژێرم کە بەرەو گرنگیدان بە خۆم و زانینی زیاتر لە بارەی خۆمەوە دەمبات، لەبریی ئەوەی بەو ئاراستەیەمدا بەرێت کە هەوڵ بدەم هاوڕێ کچەکەی پێشووم ئەوەی خراپی کردووە؛ چاکی بکاتەوە.

(بەو بۆنەیەوە ئەگەری زۆری هەیە کە چیرۆکی ئەوەی ئەو بەرپرس بێت لە هەست و هەڵچوونەکانم، هەمووی بەشێک بێت لەو هۆکارەی وای کرد واز لە من بهێنێت. لەدوای دوو بەند لە بارەی ئەو خاڵەوە دەدوێم). لەدوای نزیکەی ساڵێک لەو ڕووداوە؛ شتێکی نامۆ ڕووی دا، تێبینیی ئەوەم کرد کاتێ بیر لە پەیوەندییەکەمان دەکەمەوە و پێداچوونەوەی بۆ دەکەم، ئەو پەیوەندییە کێشەی زۆری تێدا بووە کە پێشتر تێبینیم نەکردووە، کێشەی وا کە من تێیدا خەتابارم و منیش دەمتوانی کارێک بکەم بۆ چارەسەرکردنی، بۆم دەرکەوت کە من هاوڕێیەکی باش نەبووم بۆ ئەو و خەڵکی بەبێ هۆکار؛ ناپاکی بەرامبەر بە یەکتر ناکەن: کەس ئەو کارە لەگەڵ هاوبەشەکەی ناکات، مەگەر بە هۆی کارێکەوە لەگەڵیدا بەختەوەر نەبێت.

ناڵێم ئەمە بەهانەیە بۆ ئەو کارەی هاوڕێ کۆنەکەم کردی... بابەتەکە بەو شێوەیە نییە، بەڵام تێگەیشتنم لە هەڵەکانم؛ یارمەتیی دام لە تێگەیشتن لەوەی من قوربانییەکی تەواو بێتاوان نیم، وەک پێشتر

Scanned with CamScanner

گومانم دەبرد. بۆم دەرکەوت من بەبەردەوامی لەو ماوە درێژەدا ڕۆڵم هەبووە لە دروستکردنی پەیوەندییەکی شکستخواردوو، لە کۆتاییشدا زۆر کات بەهاکانی هەردوو لا هاوشێوەی یەکە، ئەگەر من لەگەڵ کەسێک پەیوەندیم هەبوو کە بەهای خراپی هەڵگرتووە، هەموو ئەو ماوەیەش پەیوەندییەکە بەردەوام بوو، ئەو کەسە لە بارەی من و بەهاکانمەوە چی دەڵێت؟ بە ڕێگایەکی ئازاربەخش فێر بووم کە ئەگەر کەسی بەرامبەر خۆپەرست بوو لە پەیوەندییەکەدا، ئەگەر شتی ئازاربەخشی ئەنجام دەدا؛ ئەوا ئەگەری زۆرە کە تۆش هاوشێوەی ئەو بیت، بەڵام تۆ ئەوە نازانیت!

توانام بۆ پەیدا بوو کاتێ هەموو بابەتەکە دەگەڕێنمەوە بۆ دواوە، لەسەر ڕوانین بۆ ڕابردوو و بینینی ئاماژەکانی ئاگادارکردنەوە لە کەسێتیی هاوڕێ پێشووەکەمدا، ئاماژەیەک کە بە هەڵبژاردنی خۆم کە پشتگوێم خستن یان خۆمم لێ لادان کاتێ بەیەکەوە دەبووین. لەوەدا من خەتابارم! توانیم سەیری ڕابردوو بکەمەوە و ببینم کە من هاوڕێیەکی تەواو گونجاو نەبووم بۆی. لە ڕاستیدا من لە زۆربەی کاتەکاندا ساردوسڕ بووم لەگەڵیدا، خۆم لە بەرامبەریدا بە گەورە دەزانی، لە هەندێک حاڵەتیشدا بوونی ئەوم لەگەڵ خۆمدا بە شتێکی ئاسایی و یەکلابووەوە دەزانی و هاوام دەکرد بەسەریدا و بێزارم دەکرد، من لەو شتانەشدا خەتابارم.

ئایا هەڵەکانی من بیانوویەکن بۆ هەڵەکەی ئەو؟ نا! بەڵام من بەرپرسیارێتییەکی دیکەشم لەئەستۆ گرت، ئەمەش بۆ گرەنتیکردنی ئەوەی جارێکی دیکە بەدەست هەمان ئەنجامەوە نەناڵێنم، ئەوەم خستە ئەستۆی خۆم کە ئەوپەڕی هەوڵم بدەم پەیوەندیم لەگەڵ ئافرەتاندا بۆ داهاتوو زۆر باشتر بێت، بەخۆشحاڵییەوە دەمەوێت بڵێم کە من لەوەدا سەرکەوتوو بووم، لەدوای ئەوە هیچ ئافرەتێک

ناپاکیی بەرامبەر نەکردم و جێی نەهێشتم، لەدوای ئەوە ڕووی نەدا کە دوو سەد و پەنجا و سێ بۆکس لە سکم بدرێت. بەرپرسیارێتیی کێشەکانم هەڵگرت و لە بارەی ئەو شتانەی پەیوەندییان بە کێشەکانمەوە هەبوو، پەرەم بە خۆم دا. لە بارەی ڕۆڵم لەو پەیوەندییە ناتەندروستەدا، بەرپرسیارێتیم لەئەستۆ گرت و لەو پەیوەندییانەی دواتر دروستم کردن؛ پەرەم بە خۆم دا.

ئایا دەزانن؟ سەرەڕای ئەوەی جێهێشتنم لەلایەن هاوڕێ کچە کۆنەکەمەوە؛ یەکێک بوو لەو ئەزموونانەی زۆرترین ئازاری پێ گەیاندم، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا لە هەموویان گرنگتر و کاریگەرتر بوو لە ژیانمدا. من قەرزاری ئەو ئەزموونەم بە چاکە لە بەرپاکردنی پرۆسەی پەرەپێدان و گەشەپێدانێکی کەسیی زۆر گرنگدا. بەتەنها لەو کێشەیەوە، زۆر زیاتر لە دە حاڵەتی سەرکەوتن بەیەکەوە فێر بووم.

هەموومان پێمان خۆشە بەرپرسیارێتیی سەرکەوتن و بەختەوەری بخەینە ئەستۆی خۆمان، بگرە کێبڕکێمانە لەسەر ئەوەی خۆمان وەکوو بەرپرس لە سەرکەوتن و بەختەوەری خۆمان دەربخەین، بەڵام لەئەستۆگرتنی کێشەکانمان؛ کارێکی زۆر لەوە گرنگترە، چونکە ئەوە ئەو شوێنەیە کە بەراستی لێوەی فێر دەبین، ئەوە ئەو شوێنەیە کە باشتربوونی ڕاستەقینەی لێوە دێت، هەروەها ئەو شوێنەی گەشەپێدانی ڕاستەقینەی لە ژیاندا لێوە دێت، بەڵام کاتێ تەنها بە خستنەئەستۆی تاوانەکە بۆ کەسانێکی تر کۆتایی بە بابەتەکە دێنین؛ ئەوە جگە لە ئازاردانی خۆمان، هیچ شتێکی تر ناکەین.

Scanned with CamScanner

وەڵامدانەوە بۆ کارەسات

بەڵام، ئەی لە بارەی ئەو ڕووداوانەی زۆر بەئێشن؟ کەسانێکی زۆر دەتوانن دەست بکەن بە هەڵگرتنی بەرپرسیاریێتیی کێشەکانی پەیوەست بە کارکردن، یان لەوانەیە لە بارەی زیادەڕۆییکردن لە سەیرکردنی تەلەڤزیۆن لە کاتێکدا پێویستە لەگەڵ منداڵەکانیاندا یاری بکەن یان بچن بەلای کارێکی بەسوودەوە، بەڵام کاتێ بابەتەکە سەر دەکێشسێت بۆ ڕووداوی کارەساتباری مەترسیدار، ئەوا «پەتی ئاگادارکردنەوە، لە شەمەندەفەری بەرپرسیاریێتیدا ڕادەکێشن»، پاشان کاتێ شەمەندەفەرەکە وەستا؛ دادەبەزن، هەست دەکەن هەندێک شت هەیە ئازاربەخشە، بە ئەندازەیەک کە دەستەوسانن لە ئاست هەڵگرتنی بەرپرسیاریێتییەکەیدا.

بەڵام با بیرێک لە بابەتەکە بکەینەوە: توندیی ڕووداوەکە، هیچ لە ڕاستییە شاراوەکانی پشتی ناگۆڕێت. با وای دابنێین تۆ ڕووبەڕووی زەوتکردن بوویتەتەوە، ڕوونە کە شتێکت لێ زەوت دەکەن، خەتاکەی ناکەوێتە ئەستۆی خۆت، هەرگیز هیچ کەسێک ئەوە هەڵنابژێرێت کە بەو ئەزموونەدا بڕوات، بەڵام لێرەدا بابەتەکە هاوشێوەی بابەتی ئەو منداڵەیە کە لەبەردەم ماڵەکەتدا دۆزیتەوە، لەو کاتەدا بەخێرایی خۆت لە بەرپرسیاریێتییەک لە بارەی بابەتی مردن و ژیانەوە دەبینیتەوە. ئایا بەرەنگاری ئەو کەسە دەبیتەوە کە دەیەوێت شتێکت لێ زەوت بکات؟ تووشی شڵەژان دەبیت؟ لە شوێنی خۆت وشک دەبیت؟ پۆلیس ئاگادار دەکەیتەوە؟ هەوڵ دەدەیت لەبیری بکەیت وەک ئەوەی هیچ شتێک ڕووی نەدابێت؟ ئەمانە هەموویان هەڵبژاردە و کاردانەوەن کە تۆ بەرپرسیاریت لە گرتنەبەریان یان نەگرتنەبەریان، تۆ هەڵتنەبژاردووە کە ببیتە قوربانیی زەوتکردن، بەڵام هێشتا بەرپرسیت لە بەڕێوەبردنی

ئەنجامە هەڵچوونی و دەروونییەکان (هەروەها یاساییەکان)ی ئەو ئەزموونە.

بزووتنەوەی تاڵیبان لە ساڵی ٢٠٠٨دا دەستی گرت بەسەر دۆڵی (سوات)دا، ئەو دۆڵە دەکەوێتە ئەوپەڕی باکووری ڕۆژهەڵاتی پاکستانەوە، بەخێرایی لەوێدا ئەجێندای توندوتیژیی خۆیان پیادە کرد. تەلەڤزیۆن نەبوو، فیلم نەبوو، چوونەدەرەوە نەبوو بۆ ئافرەتان بەبێ بوونی مەحرەمێک لەگەڵیان، کچانێک نەبوون بچن بۆ قوتابخانە.

لەساڵی ٢٠٠٩دا، کچێکی پاکستانی لە تەمەنی یانزە ساڵیدا کە ناوی مەلالا یوسفزای بوو، لەناو خەڵکیدا باس لە ڕێگریکردن لە کچان بۆ چوونە قوتابخانە دەکات، ئەو سوور بوو لەسەر ئەوەی بچێت بۆ قوتابخانەکەی و ژیانی خۆی و باوکی بخاتە مەترسییەوە، ئەو هەروەها ئامادەی ئەو کۆبوونەوانە دەبوو کە لە شارە نزیکەکاندا دەبەستران. مەلالا لەسەر ئینتەرنێت نووسیبووی: «بزووتنەوەی تاڵیبان چۆن جورئەت دەکەن مافی خوێندنم لێ زەوت بکەن؟»

لە ساڵی ٢٠١٢، واتە کاتێک تەمەنی مەلالا گەیشتە چواردە ساڵ، تەقەی لێ کرا و بەر ڕووخساری کەوت لە کاتێکدا لەناو پاسێکی قوتابخانەدا بەرەو ماڵەوە دەگەڕایەوە. چەکدارێکی تاڵیبان سەر کەوتە ناو پاسەکە و پرسیاری کرد: «مەلالا لەکوێیە؟ پێم بڵێن، ئەگینا تەقە لە هەمووتان دەکەم!» مەلالا هەستا و خۆی ناساند (ئەمە خۆی لە خۆیدا هەڵبژاردنێکی سەرنجڕاکێشە)، ئەو چەکدارە لەبەردەم هەموو سەرنشینانی پاسەکەدا تەقەی بە ئاراستەی سەری کرد.

مەلالا بێهۆش بوو، هێندەی نەمابوو بمرێت، بزووتنەوەی

Scanned with CamScanner

تالیبان لە بارەی مەلالاوە وتی کە ئەگەر لەو هەوڵە ڕزگاری ببێت؛ ئەوا خۆی و باوکیشی دەکوژن.

هەتا ئەمڕۆش مەلالا زیندووە، تا ئێستاش بەئاشکرا قسە دەکات لە دژی ئەو توندوتیژی و سەرکوتکردنەی لە هەندێک وڵاتی ئیسلامیدا بەرامبەر ئافرەتان گیراوەتە بەر. ئێستا کتێبەکانی زۆرترین فرۆشیان هەیە. مەلالا لە ساڵی ٢٠١٤دا خەڵاتی نۆبڵی بۆ ئاشتی وەرگرت. تەقەکردن لە ڕووخساری، وای کرد دەنگی زیاتر ببیسترێت لە پێشتر و بوێریی لە ڕابردوو زیاتر ببێت. زۆر ئاسان بوو بۆ ئەو کە لەسەر زەوی بکەوتایە و بیوتایە: «ناتوانم هیچ کارێک بکەم» یان «هیچ هەڵبژاردنێکم لە بەردەمدا نییە»، جیاوازییەکە لێرەدا ئەوەیە کە ئەگەر بیوتایە؛ ئەویش دەبووە بژاردەی ئەو، بەڵام ئەو پێچەوانەکەی هەڵبژارد.

پێش چەند ساڵێک لەمەوبەر، بەشێک لە بیرۆکەکانی ناو ئەم کتێبەم لە وێبلاگی خۆم لە ئینتەرنێتدا نووسی، پیاوێک کۆمێنتێکی بۆ نووسیبووم: پیاوەکە نووسیبووی تۆ کەسێکی ڕووکەشی و بێناوەرۆکیت، هەروەها نووسیبووی تۆ هیچ تێگەیشتنێکی ڕاستت نییە بۆ کێشەکانی ژیان و بەرپرسیارێتیی مرۆڤەکان. دەیوت کوڕەکەی لە ڕووداوی هاتوچۆدا مردووە، تۆمەتباری کردبووم بەوەی واتای ڕاستەقینەی ئازار نازانم، پاشان وتبووی من کەسێکی هیچوپووچ و سووکم، کاتێک پێم وتبوو پێویستە لەسەری بەرپرس بێت لەو ئازارەی بەهۆی مردنی کوڕەکەیەوە چەشتوویەتی.

ئاشکرا بوو کە ئەو پیاوە ئازارێکی زۆر گەورەتری بینیوە لەوەی هەندێک کەس لە ژیانیاندا دەیبینن، ئەو هەڵینەبژاردووە کە کوڕەکەی بمرێت، هەروەها لە مردنەکەیدا ئەو خەتابار نەبوو، بەرپرسیارێتیی ئەو لەدەستدانە بەسەریدا سەپێنرابوو لەگەڵ ئەوەی

Scanned with CamScanner

ڕوون و ئاشکرایە کە بەرپرسیاریتییەکی نەخوازراوە. لەگەڵ هەموو ئەوانەدا، ئەو بەرپرسە لە هەڵچوون و بیروباوەڕ و کردەوەکانی. چۆنیتیی وەڵامدانەوەی بۆ مردنی کوڕەکەی؛ هەڵبژاردەی خۆی بوو، تووشبوون بەئازار بەم شێوەیە یان بە شێوەیەکی تر؛ کارێکی براوەیە بۆ هەمووومان، بەڵام پێویستە لەسەرمان ئەوە هەڵبژێرین کە ئەو ئازارە بۆ ئێمە چ واتایەکی هەیە. تەنانەت کاتێکیش ئەو پیاوە بانگەشەی ئەوەی دەکرد کە ئەو هیچ هەڵبژاردنێکی لەبەر دەستدا نەبووە لەو بابەتەدا و ئەو تەنها دەیویست کوڕەکەی بگەڕێتەوە بۆ لای، ئەو هەڵیبژارد... ئەو ڕێگایەکی هەڵدەبژارد لەنێوان کۆمەڵە ڕێگایەکی زۆردا دەیتوانی یەکێک لەوانە هەڵبژێرێت بۆ مامەڵەکردن لەگەڵ ئازارە گەورەکەی.

سروشتییە کە من شتێکی لەو شێوەیەم پێ نەوت، ئەو ترسەی تووشم بوو و بیرکردنەوە لەوەی زۆر تێمپەڕاندووە و هیچ بیرۆکەیەکم لەلا نییە لە بارەی ئەوەی قسەی لێ دەکەم؛ زۆر سەرقاڵی کردم، ئەمە یەکێکە لەو مەترسییانەی لەم کارەمدا ڕووبەڕووی دەبمەوە، ئەویش کێشەیەکە کە بۆخۆم هەڵمبژاردووە، من بەرپرس بووم لە مامەڵەکردن لەگەڵ ئەو کێشەیە.

لە سەرەتای بابەتەکەوە هەستێکی بەئێش دایگرتم، بەڵام پاش چەند خولەکێک تووڕە بووم، لە ڕاستیدا ناڕەزاییەکانی؛ پەیوەندییەکی ڕاستەوخۆیان نەبوو بەوەی من نوسیبووم... ئەوەم بە خۆم وت، پاشان چی؟ ئەوەی کە من منداڵێکم نییە کە لە ڕووداوی هاتوچۆدا مردبێت، ئەوە ناگەیەنێت کە من لە ژیانمدا هیچ ئازارێکی سەختم نەبینیوە!

دوای ئەوە ئەو ئامۆژگارییانەم جێبەجێ کرد کە لێرە دەیانخەمە ڕوو. خۆم کێشەکەم هەڵبژارد، دەکرا لەبەرامبەر ئەو پیاوەدا تووڕە

ببم، بکەومە دەمەدەمێ لەگەڵیدا، هەوڵ بدەم بە ئازارەکەم بەسەر ئازارەکەی ئەودا زاڵ ببم، بەڵام ئەوە تەنها دەیتوانی ئێمە بکاتە دوو کەسی بێعەقڵی دوور لە هەستوسۆز، هەروەها دەمتوانی چارەسەرێکی باشتری کێشەکە هەڵبژێرم، کارکردن لەسەر ئارامگری و هەوڵدان بۆ ئەوەی خوێنەرەکانم باشتر تێبگەن، لەگەڵ لەیادبوونی ئەو پیاوە کاتێک لە بارەی ئازار و ناڕەحەتییەوە دەنووسم. من هەوڵم دا ئەمە بکەم.

بەسادەیی وەڵامم دایەوە و پێم وت لەدەستدانی منداڵەکەی؛ غەمبارم دەکات، پاشان لەو خاڵەدا وازم لە بابەتەکە هێنا. دەتوانیت جگە لەوە، چی بڵێیت؟

هۆکارە بۆماوەییەکان و بەخت

لە ساڵی ٢٠١٣دا، تەلەڤزیۆنی (BBC) بەرنامەیەکی لە بارەی کۆمەڵێک هەرزەکارەوە پێشکەش کرد کە تووشی واسواسیی ناچاری بووبوون. بەرنامەکە بەدواداچوونی بۆ بەرەوپێشچوونی بارودۆخیان دەکرد، دوای ئەوەی خرانە ژێر چارەسەرێکی چڕەوە بۆ زاڵبوونیان بەسەر ئەو ڕەفتار و هەڵسوکەوتە نەخوازراوانەی دووبارەیان دەکردەوە.

کچێکیان تێدا بوو کە تەمەنی حەڤدە ساڵ بوو، ناوی ئیمۆجین بوو، ئەو ڕەفتارێکی ناچاریی هەبوو کە دەبوو بە بەری دەستی بە هەر ڕوویەکیدا بکێشایە کە بەلایدا دەڕۆیشت. ئەگەر ئەوەی نەکردایە، ئەوا بیرۆکەی مەترسیداری بۆ دەهات و خەیاڵی دەکرد کە ئەندامانی خێزانەکەی دەمرن. هەروەها لە نێوانیاندا جوش هەبوو کە ڕەفتاری بە جۆرێک بوو، دەبوو هەموو کارێک بە هەردوو بەشی جەستەی ئەنجام بدات: بە دەستی ڕاستی تەوقەی

لەگەڵ کەسێک دەکرد؛ پاشان بە دەستی چەپیش تەوقەی لەگەڵ دەکرد، بە دەستی ڕاست نانی دەخوارد؛ پاشان بە دەستی چەپیش نانی دەخوارد، بە یەکێک لە قاچەکانی دەچووە ژوورێک؛ پاشان بە قاچەکەی دیکەشیان دەچووە ژوورەوە، هەروەها بەو شێوەیە. ئەگەر هاوسەنگیی لەنێوان دوو لاکەی جەستەیدا نەکردایە، تووشی نۆرەی ترس و تۆقین دەبووەوە. هەروەها (جاک)یان لە نێواندا بوو کە تووشی تۆقین بووبوو لە میکرۆبەکان، ئامادە نەبوو بچێتە دەرەوە لە ماڵ؛ ئەگەر دوو دەستکێش لەدەست نەکات، هەروەها ئاوی نەدەخواردەوە پێش ئەوەی بیکوڵێنێت، ئامادە نەبوو هیچ خواردنێک بخوات؛ ئەگەر خۆی پاکی نەکاتەوە و بە دەستی خۆی ئامادەی نەکات.

نەخۆشیی واسواسیی ناچاری؛ حاڵەتێکی بۆماوەیی دەماریی ترسناکە و چارەسەری نییە، بەڵام دەکرێت ڕێک بخرێت لە باشترین حاڵەتدا. وەک دەشبینین ئەم ڕێکخستنی نەخۆشییە بە ڕێکخستنی مرۆڤ بۆ بەهاکانی، لەکۆڵ دەبێتەوە.

یەکەم شت کە چارەسازە دەروونییەکان بەکاریان هێنا لەم پرۆژەیەدا، ئەوە بوو کە بەو هەرزەکارانەیان ڕاگەیاند پێویستە لەسەریان ئەو کێشانەی بە هۆی نەخۆشییە ناچارییەکەیانەوە تووشیان بووە؛ قبوڵی بکەن. واتای ئەمە بریتی بوو لەوەی، بۆ نموونە؛ ئیمۆجین ئەو بابەتە قبوڵ بکات، کاتێ ئەو بیرۆکە ناخۆشانەی بۆ دێت کە پێی دەڵێت خێزانەکەی دەمرن و ئەویش هیچی پێ ناکرێت بۆیان، بەسادەیی پێی وترا کە ئەو خەتابارە لەوەی ڕوو دەدات. هەروەک جوش ناچار کرا بە قبوڵکردنی ئەوەی هاوسەنگکردنی هەموو کارەکانی بۆ ئەوەی لە ماوەی کورتخایەندا هاوتا و یەکسان بن، هیچ نییە جگە لە نابوتکردنی ژیانی، زیاتر لە

هەر نورەیەکی ترس کە بۆی دێت لە کاتێک بۆ کاتێکی تر. هەروەها بەبیر جاک هێنرایەوە کە میکرۆبەکان هەمیشە بوونیان هەیە و ئەو بەردەوام لەبەر دەستیاندایە، جا هەر کارێک ئەنجام بدات.

ئامانج لەمە ئەوە بوو کە ئەو هەرزەکارانە وایان تێبگەیەنرێت لەوەی بەهاکانیان لۆژیکی نییە (بەڵکوو لە ڕاستیدا ئەو بەهایانە؛ بەهای ئەوان نین، بەهایەکن کە نەخۆشییەکانیان بۆیان هێناون)، بەڵام ئەوان بە گوێڕایەڵیکردنیان بۆ ئەو بەها نالۆژیکییانە؛ زیان بە توانای خۆیان لە کارکردن لە ژیاندا دەگەیەنن.

هەنگاوی دووەم خۆی لە هاندانی ئەندامانی گرووپەکەدا دەبینییەوە، بۆ هەڵبژاردنی بەهایەکی گرنگتر لەو باهایەی نەخۆشیی واسواسیی بەناچاری سەپاندبووی بەسەریاندا. جوش بووە بەرپرس لەوەی خۆی بە ناچار نەبینێت کە بەردەوام نەخۆشییەکەی لە خێزان و هاوڕێکانی بشارێتەوە، چونکە ئەوە ڕێگای ئەو بوو بۆ بوونی ژیانێکی کۆمەڵایەتیی سروشتیی کاریگەر. بەڵام بەرپرسیارێتیی ئیمۆجین بریتی بوو لە زاڵبوون بەسەر بیرکردنەوە و هەستەکانیدا، بەو شێوەیە بۆ ئەوەی سەرلەنوێ بەختەوەر بێت. بەڵام بەرپرسیارێتیی جاک ئەوە بوو کە لە ماڵەکەی بڕواتە دەرەوە بۆ ماوەی درێژتر و بێ ئەوەی بەدەست نۆرەی واسواسییەوە گیرۆدە بێت.

لەگەڵ ئەو بەهایانەی چەقی پێشەنگبوونیان گرت لە زیهنیاندا؛ ئەو هەرزەکارانە چوون بەرەو ڕاهێنانی چڕ (بۆ نەهێشتنی هەستیاری) تا هانیان بدات لە ڕوانگەی بەها نوێیەکانیانەوە ژیان بەسەر بەرن، ئەمەش نۆرەی ترسی بەدوای خۆیدا هێنا، فرمێسکی زۆر ڕژێنران، جاک بەر زۆر تەن دەکەوت و بەخێرایی دەستەکانی دەشۆردەوە، بەڵام لەگەڵ کۆتاییهاتنی ئەو پرۆگرامە

بەڵگەنامەییەدا؛ بەرەوپێشچوونی زۆر بەدی هات، چیتر ئیمۆجین ناچار نەدەبوو بەلای هەر ڕوویەکدا ڕۆیشت؛ دەستی پێدا بکێشێت، ئەو دەڵێت: «هێشتا چەندین دیوودرنج لە عەقڵمدا خۆیان حەشار داوە، لەوانەشە بەبەردەوامی لەوێدا بمیننەوە، بەڵام ئێستا زیاتر هێور بوەتەوە.» هەروەها جوش توانای هەبوو چەند ماوەیەک کە دەگەیشتنە سی خولەک، لە دەرەوەی ماڵ بمێنێتەوە بەبێ هاوسەنگکردنی ڕەفتارەکانی لەنێوان هەردوو بەشی جەستەیدا. بەڵام جاک کە زۆرترین بەرەوپێشچوونی بەخۆوە بینی، دەیتوانی بچێتە دەرەوە بۆ چێشتخانەکان و لەوێ لەناو قاپ و پەرداخدا بخوات و بخواتەوە، بەبێ ئەوەی بە دەستی خۆی شۆردرابن. جاک ئەوەی فێری بووبوو، بە شێوەیەکی باش کورت دەکاتەوە و دەڵێت: «من ئەم ژیانەم هەڵنەبژارد، بەڕاستی ئەم حاڵەتە ترسناکەشم هەڵنەبژارد، بەڵام پێویستە لەسەرم ئەوە هەڵبژێرم کە چۆن لەگەڵیدا بژیم».

خەڵکانێکی زۆر هەیە کە لەگەڵ ئەوەی بە کەموکورییەکەوە لەدایک بوون، جا ئەو کەموکورییە؛ نەخۆشیی واسواسیی ناچاری بێت، یان کورتیی باڵا، یان هەر شتێکی تر، وەک ئەوەی لە شتێکی گەورەی بەهادار بێبەشن؛ هەست دەکەن کە ناتوانن لەو بارەیەوە هیچ کارێک ئەنجام بدەن، لەبەر ئەوە دەیانبینین کە خۆیان دەپارێزن لە بەرپرسیارێتیی لە بارەی بارودۆخیانەوە، ئەوانە بەم شێوەیە بیر دەکەنەوە: «من ئەم بۆماوە خراپانەم هەڵنەبژاردووە، تاوانباریش نیم لەوەی بابەتەکە ئاراستەیەکی خراپ بەخۆوە ببینێت».

ئەوە ڕاستە، خەتاکە هیی ئەوان نییە، ئەوە هەڵەی ئەوان نییە. بەڵام بەرپرسیارێتیی ئەوانە!

کاتێک من لە کۆلێژ بووم، حەزێکی خەیاڵیم هەبوو کە ببمە

یاریزانێکی پیشەگەری پۆکەر، بەوەش پارە و هەموو شتێکم بەدەست دەهێنا. ئەوە بەلامەوە کارێکی باش بوو، بەلام بۆ ماوەی ساڵێک بەجددی لە یاریی پۆکەر بەردەوام بووم، پاشان وەستام. ئەو شێوە ژیانە بۆ من گونجاو نەبوو کە خۆی لە مانەوەی شەوانە بەدیار شاشەی کۆمپیوتەرەوە دەبینییەوە بۆ ئەوەی لە ڕۆژێکدا هەزاران دۆلار ببەمەوە، پاشان لە ڕۆژی دواتردا بەشی هەرە زۆری بدۆڕێنم، هەروەها ئەوە ڕێگایەکی تەندروست و سەقامگیر نەبوو بۆ ژیان، بەلام ئەوەی سەیر بوو ئەو ماوەیەی لە یاریکردنی پۆکەردا بەسەرم برد؛ کاریگەرییەکی قووڵی لا دروست کردم لە تێڕوانینمدا بۆ ژیان.

جوانیی شاراوەی پۆکەر ئەوەیە کە بەخت، سەرەڕای ڕۆڵە بەردەوامەکەی، بەتەنها یەکلاکەرەوە نییە لەسەر ئاستی دوورمەودا. لەوانەیە یاریزانێک وەرەقی بۆ بێت لەوپەڕی خراپیدا بن، پاشان لە کەسێکی بباتەوە کە وەرەقی زۆر جوانی بۆ هاتبێت. بەدڵنیاییەوە ئەگەری سەرکەوتنی کەسێک کە وەرەقی جوانی بۆ هاتبێت؛ زۆرە، بەلام براوە؛ سنووری کۆتایی دیاریی دەکات لە ڕێگەی.... چی؟ بەڵێ، بۆی چوون... دیاریی دەکات لە ڕێگای ئەو هەڵبژاردانەی دێنە ڕێی لە میانەی یارییەکەدا.

من بە هەمان ڕێگا سەیری ژیان دەکەم، هەریەک لە ئێمە وەرەقی بۆ دێت، هەندێکمان وەرەقی جوانترمان بۆ دێت لە وەرەقی ئەوانی تر، سەرەڕای ئاسانیی بێهیوابوونمان لە کاتی بینینی وەرەقەکانمان و هەر لە سەرەتاوە هەستکردنمان بەوەی دۆڕاوین، بەلام یارییە ڕاستەقینەکە لەو بژاردانەدا خۆی مەلاس داوە کە بە پشتبەستن بەو وەرەقانە دەیانگرینە بەر و ئەو سەرکێشییانەی بڕیاری لەئەستۆگرتنیان دەدەین، هەروەها ئەو چارەنووسانەش کە قبوڵیان

دەکەین. ئەو کەسانەی بەبەردەوامی باشترین هەڵبژاردنەکان دەگرنە بەر (لە چوارچێوەی ئەو بارودۆخەی خۆیانی تێدا دەبیننەوە)؛ ئەوانەن کە لە کۆتاییدا لە یاریی پۆکەردا براوە دەبن، هەروەکوو ئەوەی لە یاریی ژیاندا ڕوو دەدات، مەرجیش نییە ئەوانەی وەرەقی جوانیان لە دەستدایە؛ براوە بن.

کەسانێک هەن لە ڕووی دەروونییەوە دەناڵێنن بە هۆی کەموکورتییەکی دەماری یان بۆماوەییەوە، بەڵام ئەمە هیچ لە بابەتەکە ناگۆڕێت، بەدڵنیاییەوە ئەو کەسانە بەختێکی خراپیان بۆ ماوەتەوە کە کەس ناتوانێت خەتاباریان بکات لەسەری، تەواو وەکوو ئەوەی پیاوە کورتەبالاکە خەتابار ناکرێت کە حەزی بە بینینی ئافرەتان بوو، هەروەها وەکوو ئەوەی کەس ناتوانێت سەرزەنشتی کەسێک بکات کە شتێکی لێ زەوت دەکرێت، بەڵام بەرپرسیارێتییەکەیان لە جێی خۆیەتی، ئایا هەوڵ دەدەن بەدوای چارەسەرێکی دەروونیدا بگەڕێن؟ ئایا چارەسەر وەردەگرن، یان هیچ کارێک ناکەن؟... هەڵبژاردن تەنها بەدەست خۆیانە. کەسانێک هەن کە لە تەمەنی منداڵیدا دۆخی خراپیان بەسەر هاتووە، کەسانێکیش هەن ڕووبەڕووی سووکایەتیپێکردن و دەستدرێژی و خەڵەتاندن بوونەتەوە لە ڕووی دەروونی و سۆزداری و داراییەوە، خەتای کەموکورتی و کێشەکانیان ناکەوێتە ئەستۆی خۆیان، بەڵام هەر بەرپرسن... بەردەوام بەرپرسن... لەوەی بەرەوپێش بچن سەرەڕای کێشەکانیان، هەروەها لەوەی باشترین بژاردەکانی بەردەستیان هەڵبژێرن سەرەڕای بارودۆخەکەیان.

پاشان... با لێرەدا ئێمە ڕاستگۆ بین! ئەگەر بتوانین هەموو ئەو کەسانە کۆ بکەینەوە کە گرفتێکی دەروونییان هەیە، یان ئەو کەسانەی خەمۆکی یان بیرۆکەی خۆکوشتنیان هەیە، یان ئەو

Scanned with CamScanner

کەسانەی تووشی پشتگوێخران یان مامەڵەی نەشیاو بوون، یان کارەساتێکیان بەسەر هاتووە، یان خۆشەویستێکیان مردووە، یان ئەو کەسانەی دۆخێکی تەندروستیی مەترسیدار یان ڕووداو و شۆکێکیان بەسەر هاتووە... ئەگەر توانیمان هەموو ئەمانە کۆ بکەینەوە لە یەک شوێندا؛ ئەوا ئەگەری زۆرە کە هەموو مرۆڤەکان کۆ بکەینەوە، چونکە کەسێک نییە بتوانێت بژی کە لەو ڕێگایەدا ڕووبەڕووی نارەحەتی نەبێتەوە.

بەدڵنیاییەوە کەسانێک بە بەراورد بەوانی تر؛ کێشەی خراپتریان دێتە ڕێ، کەسانێکیش هەن بە مانای وشە بوونەتە قوربانی بە شێوازی تۆقێنەر، بەڵام بە ئەندازەی ئەوەی ئەم بابەتە بێتاقەتمان دەکات یان دەمانترسێنێت، بەڵام لە دواجاردا هیچ لە هاوکێشەی بەرپرسیارێتیی هەریەک لە ئێمە بۆ دۆخەکە ناگۆڕێت.

دیمەنی قوربانی

تێکەڵبوونی بەرپرسیارێتی و خەتا لای خەڵکی، ڕێگایان پێ دەدات کە بەرپرسیارێتیی چارەسەرکردنی کێشەکانیان بخەنە ئەستۆی کەسانی تر. ئەگەری زۆری هەیە ئەم توانایە لە خۆڕزگارکردن لە بەرپرسیارێتی بە خەتابارکردنی ئەوانی تر؛ دەرچەیەکی خێرای کاتی بێت، هەروەک هەستێکی ڕازیبوون بە مرۆڤ دەبەخشێت بەوەی لە ڕووی ئەخلاقییەوە لەسەر حەقە.

بەداخەوە کە زیانە لاوەکییەکانی ئینتەرنێت و هۆیەکانی پەیوەندیی کۆمەڵایەتی، ئەوەیان زۆر لە ڕابردوو ئاسانتر کردووە کە مرۆڤ بتوانێت بەرپرسیارێتی لە خۆی دوور بخاتەوە (تەنانەت بەرپرسیارێتی لە سادەترین هەڵە) و دەیخاتە ئەستۆی

Scanned with CamScanner

کەسێک یان کۆمەڵێکی تر. لە ڕاستیدا ئەم جۆرە بەربڵاوە لە گەمەی سەرزەنشت/عەیبە بە جۆرێکی بەرفراوان تەشەنەی سەندووە، بەڵکوو هەندێک لە خەڵکی زۆر بەکارێکی نایاب دەبینن. هاوبەشپێکردنی گشتی بۆ حاڵەتەکانی «ستەم»، گرنگیی زۆری پێ دەدرێت و هاوبەشپێکردنی سۆزدارییی هەڵچوون لە زۆربەی ڕووداوەکانی دیکە زیاترە لە تۆڕە کۆمەڵایەتییەکان کە دەچێتە خانەی «بەرژەوەندیی» ئەو کەسانەی زۆرترین توانایان هەیە بۆ خستنەڕووی خۆیان وەک قوربانی لە ڕێگای گرنگیپێدان و هاوسۆزیی گەشەکردووەوە.

«دیمەنی قوربانی»؛ شێوازێکی هاوبەشی ئەمڕۆیە لەنێوان ڕاستو چەپ، لەنێوان دەوڵەمەند و هەژاراندا بە شێوەیەکی یەکسان، لە ڕاستیدا ئەمە ڕەنگە یەکەم جار بێت لە مێژووی مرۆڤایەتیدا کە دەبینێت هەموو کۆمەڵە دیمۆگرافییەکان خۆیان وەک قوربانی و ستەملێکراو دەبینن کە لە هەمان کاتدا کۆمەڵە مرۆییەکان بە هەمان شێوە خۆیان دەبینن، هەموشیان سوود لە دەرچە ئاسان و خێراکان وەردەگرن لە ئەنجامی ئەو توورەبوونە ئەخلاقییە گشتییەی کە هاوبەشپێکردنی ئەم حاڵەتانە لە ڕێگەی ئامرازەکانی پەیوەندیکردنی کۆمەڵایەتییەوە سەرنجی پێ ڕادەکێشێت.

دەکرێت لەم کاتەدا هەمووان هەست بە بەدبەختی بکەن (جا بە هۆی هێنانەناوەوەی کتێبێک بێت لە بارەی ڕەگەزپەرستی بۆ مەنهەجێکی خوێندنی زانکۆیی، یان ڕێگریکردن لە فرۆشتنی درەختی یادی لەدایکبوون لە فرۆشگایەک، یان زیادکردنی باج لەسەر سندووقەکانی وەبەرهێنان بە ڕێژەی لە سەددا نیو) بەوەی بە جۆرێک لە جۆرەکان چەوسێنراوەتەوە، لەبەر ئەوە پێی وایە دەبێت خەڵکی لە پێناوی ئەودا توورە ببن و بڕێک لە گرنگیپێدانی

Scanned with CamScanner

ئەوان بۆ خۆی بەدەست بهێنێت.

ژینگەی ئێستای ڕاگەیاندن هاندەرە بۆ ئەو جۆرە کاردانەوانە و کار بۆ بەردەوامییان دەکات، چونکە لە کۆتاییدا ئەمە واتە باشتربوونی کارەکان. کتێبەکەی نووسەری ڕاگەیاندن؛ ڕایان هۆلیدای ئاماژە بەمە دەدات بە ناوی «ڕێگەدان بە تورەبوون»: لەبریی کارکردنی ڕۆژنامەوانی لەسەر چیرۆک و کێشە ڕاستەقینەکان؛ دەزگاکانی ڕاگەیاندن بۆ خۆیان بە ئاسانتری دەزانن و «قازانجی زیاتریش» کە دەستیان بە شتێکی خراپ بگات تا بەناو جەماوەرێکی بەرفراواندا پەخشی بکەن و بڕێک لە تووڕەیی دروست بکەن، پاشان سەرلەنوێ تووڕەبوونەکەی خەڵکی بەسەر خەڵکێکی فراوانتردا پەخش بکەن بۆ ئەوەی هانی تووڕەبوونی بەشێکی تریان بدەن، بەمەش جۆرێک لە دەنگدانەوەی بەتاڵ دروست دەکەن کە بەرزونزمییەک لەنێوان دوو لایەنی خەیاڵیدا دروست دەکات و بەمەش سەرنجی خەڵکی لەسەر کێشە کۆمەڵایەتییە ڕاستەقینەکان لەبیری خەڵک دەباتەوە. کەواتە جێی سەرسامی نییە کە سەرنجڕاکێشانی سیاسی لە ئێستادا لە هەر کاتێکی دیکە زیاترە.

کێشەی گەورە پەیوەست بە «دیمەنی قوربانی» ئەوەیە کە سەرنج لەسەر قوربانییە ڕاستەقینەکان دوور دەخاتەوە. هەتا ژمارەی ئەو کەسانەی بانگەشەی ئەوە دەکەن کە بوونەتە قوربانیی ستەمی بچووک زیاتر ببێت، ئەوا زانینی قوربانییە ڕاستەقینەکان قورستر دەبێت.

لای خەڵکی هەستکردن بەوەی بوونەتە قوربانیی دەستدرێژییەک؛ بەردەوام سەر هەڵدەدات، چونکە ئەمە دەرچەی ئاسانیان پێ دەبەخشێت. زۆر نایابە کە مرۆڤ لە سەرکەوتنێکی ئەخلاقیدا

Scanned with CamScanner

خۆی ببینێتەوە. وێنەکێشی کاریکاتێریی سیاسی؛ تیم کریدەر لە ستوونێکدا کە لە ڕۆژنامەی نیویۆرک تایمز بڵاوی کردبووەوە، بەم شێوەیە ئەمەی دەربڕیوە: «ئەم تووڕەبوونە گشتییە؛ هاوشێوەی زۆرێک لە شتەکانی دیکەیە کە هەستێکی باش لای مرۆڤ دروست دەکەن، بەڵام بە تێپەڕبوونی کات لە ناخەوە دەمانخوات، بەڵکوو لە زۆر لە شتە ئاست نزمەکانی تر پیسترە، چونکە تەنانەت دانیش بەوەدا نانێین کە ئەمە چێژمان پێ دەبەخشێت».

بەڵام ژیانمان لە کۆمەڵگایەکی دیموکراسیی ئازاددا؛ خۆی لەوەدا دەبینێتەوە کە پێویستە مامەڵە لەگەڵ کەسانێکدا بکەین، هەروەها لەگەڵ ئەو بۆچوونانەی کە نابنە هۆی سەرسامبوونمان. بەسادەیی: ئەو نرخەیە کە لەبەرامبەر ژیانمان لەم کۆمەڵگایەدا دەیدەین، بەڵکوو دەشتوانین بڵێین ئەمە هەموو ناوەرۆکی سیستمی دیموکراسییە. ئەوەی دیارە، ژمارەیەکی زۆری خەڵک ئەم ڕاستییەیان لەبیر کردووە.

پێویستە لەسەرمان بە چاودێری و وریاییەوە جەنگەکانمان پاڵفتە بکەین، لە هەمان کاتدا هەوڵ بدەین شتێک لە تێگەیشتنمان بۆ ئەوانی تر هەبێت، واتە بۆ ئەو کەسەی پێمان وایە دوژمنە، پێویستە لەسەرمان بە بڕێکی باش لە گومانەوە مامەڵە لەگەڵ هەواڵەکان و دەزگاکانی ڕاگەیاندندا بکەین، هەروەها خۆمان بەدوور بگرین لە بۆیاخی ئەوانەی بە بۆیاخێکی یەک ڕەنگی تێر خۆیان لێمان جیا کردووەتەوە. پێویستە لەسەرمان بەهای ڕاستگۆیی بچێنین و هانی شەفافیەت و پێشوازیکردن لە گومان بدەین لە پێگەیەکی بەرزتر لە پێگەی هەندێک بەهای وەک ئەوەی مرۆڤ هەمیشە لەسەر حەق بێت، هەروەها هەستێکی باشی بەرامبەر بە خۆی هەبێت، تۆڵە بکاتەوە. پارێزگاریکردن لەم بەهایە (دیموکراسی) لە

جوینەوەی ئەم ژاوەژاوە بەردەوامە لە جیهانێکی بەیەکەوەبەستراو لە تۆڕێکدا، بەڵام پێویستە قبوڵی بەرپرسیارێتی بکەین و بەردەوام بین لە پشتیوانیکردن لەم باهایانە بەبێ لەبەرچاوگرتنی هیچ شتێک، لەوانەیە سەقامگیریی سیستمە سیاسییەکانمان لە داهاتوودا لەسەر ئەمە وەستابێت.

مەڵێ «چۆن؟»

خەڵکانێکی زۆر ئەمە هەمووی دەبیستن، پاشان شتێک دەڵێن وەکوو: «کێشە نییە، بەڵام چۆن؟ تێگەیشتم کە بەهاکانم خراپن و خۆم بەدوور دەگرم لە هەڵگرتنی بەرپرسیارێتیی کێشەکانم، من هیچیش نیم جگە لە کەسێکی بێنرخ کە هەست دەکات شیاوی بەرکەوتەی زیاتر بێت، هەروەها وا گومان دەبات کە دەبێت هەموو جیهان بەدەوری ئەو و هەموو ناڕەحەتییەکدا کە بەسەری دێت؛ بسووڕێتەوە. بەڵام چۆن بگۆڕێم؟»

لە وەڵامی ئەمەدا دەڵێم، بەوپەڕی بێلایەنییەوە: «یان بیکە، یان مەیکە، بەڵام بە من مەڵێ چۆن!»

تۆ بە شێوەیەکی کرداری پرۆسەی هەڵبژاردن پیادە دەکەیت، لە هەر ساتێکی هەر ڕۆژێکدا پیادەی دەکەیت: ئەوەی گرنگە بەلاتەوە هەڵیدەبژێریت، ئەمەش واتای ئەوەیە گۆڕانکاری کارێکی ئاسانە؛ پێویستی بە هیچ نییە جگە لەوەی گرنگی بە شتێکی جیاواز بدەیت.

بەڕاستی کارەکە تا ئەم ئاستە سادەیە، بەڵام ئاسان نییە!

ئاسان نییە، چونکە لە سەرەتادا هەست دەکەیت کە شکستت هێناوە، ساختەیت، بێعەقڵیت، هەروەها مێشکت ماندوو دەبێت، هەروەها تووشی ترس دەبیت، لەوانەیە لە تووڕەبووندا بتەقیتەوە بەسەر هاوسەرەکەت یان هاوڕێکانت یان کەسوکارتدا لە میانەی پرۆسەکەدا، هەموو ئەوانە زیانە لاوەکییەکانی گۆڕینی بەهاکانتە،

واتە بۆ گۆڕینی ئەوەی بەڕاستی گرنگیت پێ داوە، بەڵام هیچ دەربازبوونێک لەو زیانە لاوەکییانە نییە.

کارەکە سادەیە، بەڵام قورسە، بەتەواوی مانای وشەکە قورسە.

ئێستا با چاوێک بگێڕین بە زیانە لاوەکییەکاندا، هەست بە جۆرێک لە نەبوونی دڵنیایی دەکەن، من گرەنتیی ئەوەتان دەدەمێ «ئایا بەڕاستی پێویستە واز لەوە بێنم؟ ئایا ئەمە کارە ڕاستەکەیە کە پێویستە لەسەرم ئەنجامی بدەم؟» وازهێنان لە بەهایەک کە بەردەوام پشتت پێ بەستووە، بۆ ساڵانێکی زۆر وا دەکات هەست بە جۆرێک لە ونبوون بکەیت، وای دەبینیت کە توانات نەماوە جیاوازی لەنێوان ڕاست و هەڵەدا بکەیت، ئەوە کارێکی قورسە، بەڵام سروشتییە.

لەدوای ئەوە هەست دەکەیت کە تۆ شکستخواردوویت، نیوەی تەمەنت تێپەڕاندووە و تۆش خۆت بەو بەها کۆنە پێوانە کردووە، پاشان هەڵدەستیت بە گۆڕینی بەها و پێوەرەکانت و واز لە ڕۆیشتن لەسەر ئەو ڕێگایە دەهێنیت، بەمەش ناتوانیت گوێڕایەڵ بیت بۆ ئەو بەها کۆنەی پێشتر متمانەت پێی هەبووە، بەمەش ڕاستەوخۆ خۆتت وا دێتە بەرچاو کە کەسێکی ساختەیت، یان تۆ کەس نییت، هەروەها ئەمەش ئەنجامێکی سروشتییە، وەکوو خۆی ئاسوودەییت پێ نابەخشێت.

بەدڵنیاییەوە دواتر پەیڕەوی ڕەتکردنەوە دەکەیت. لە ژیانتدا زۆر پەیوەندیت دروست کردووە لەسەر ئەو بەهایانەی هەڵتگرتووە، ئەمەش واتە کاتێ ئەو بەهایانە دەگۆڕیت (ئەو کاتەی بڕیار دەدەیت کە چوونەوە بۆ قوتابخانە لە ئەنجامدانی ئاهەنگەکان گرنگترە، هەروەها هاوسەرگیری و دروستکردنی خێزان لە خودی سێکس باشترە، کارکردنت لە پیشەیەکدا کە پێی ڕازی بیت لەو

Scanned with CamScanner

پارەیەی بەدەستی دەهێنیت؛ گرنگترە)؛ ئەو ساتەیە کە دەبینیت گۆڕانکارییەکەت کاریگەریی هەبووە لەسەر پەیوەندییەکانت کە هەندێکیان بەبەر چاوی خۆتەوە دەکەونە خوارەوە، ئەمەش هەروەها ئەنجامێکی سروشتییە، ئاشکرایە ئەمیش ئاسوودەت ناکات.

ئەمانە ئەنجامی لاوەکین کە ناتوانین خۆمانیان لێ لابدەین (ئەگەر بەئازاریش بن)، بەو پێیەی ئاراستەیەکی تر بۆ هەڵبژاردنەکانت دیاری دەکەیت و لە شوێنێکی گرنگتر دایدەنێیت و وزەیەکی زیاتری خۆتی بۆ تەرخان دەکەیت. لەگەڵ چاوخشاندنەوەت بە بەکاهاتتدا؛ ڕووبەڕووی بەرەنگاربوونەوەی ناوخۆیی و دەرەکی دەبیتەوە بە درێژایی ڕێگاکە، لە هەر شتێک زیاتر هەست دەکەیت دڵنیاییت لەدەست داوە و لە خۆت دەپرسیت بڵێی ئەوەی دەیکەم؛ هەڵە نەبێت، بەڵام دواتر دەبینین کە ئەم پرسیارکردنەش شتێکی باشە.

Scanned with CamScanner

بەندی شەشەم
تۆ هەڵەیت لە هەموو شتێکدا
(منیش هەروەها)

پێنج سەد ساڵ بەر لە ئێستا، نەخشەکێشانی جوگرافی باوەڕیان وا بوو کە ویلایەتی کالیفۆرنیا دوورگەیە، پزیشکەکانیش باوەڕیان وا بوو کردنەوەی قوڵی مرۆڤ (یان لە هەر بەشێکی دیکەی لەشدا خوێنی لێ ڕابکێشرێت)؛ بۆی هەیە نەخۆشی چارەسەر بکات، زانایانیش بڕوایان وا بوو ئاگر لە شتێک دروست بووە کە پێی دەڵێن «سەرچاوەی ئاگر»، ئافرەتانیش وایان دەزانی شۆردنی ڕووخساریان بە میزی سەگ؛ ڕووخسارێکی هەمیشە گەنجیان پێ دەبەخشێت، هەروەکوو گەردووناسەکانیش پێیان وا بوو کە خۆر بەدەوری زەویدا دەسووڕێتەوە.

من کاتێک کوڕێکی بچکۆلە بووم، حەزم لە «خۆبەکەمزان» نەبوو کە پێم وا بوو جۆرێکە لە سەوزە، گومانم وا بوو کە براکەم پارەوێکی نهێنیی لە ماڵی نەنکمدا دۆزیوەتەوە، چونکە دەیتوانی لەناو گەرماوەکەیانەوە بێتە دەرەوە بەبێ ئەوەی بەناو دەرگاکەدا بێت (تێبینییەکی گرنگ: گەرماوەکە پەنجەرەی تێدا بوو)، هەروەها

Scanned with CamScanner

گومانم وا بوو کە ڕۆیشتنی هاوڕێکەم لەگەڵ خێزانەکەی بۆ شاخی واشنتۆن (Washington B.c)، واتە ئەوان گەشتیان کردووە بەناو کاتدا و گەڕاونەتەوە بۆ ڕابردوو بۆ ئەو سەردەمەی دەیناسۆرەکان لە ژیاندا مابوون، ئەمەش لەبەر ئەوەی (B.c) ئاماژەیە بۆ کاتێکی زۆر دووری ڕابردوو. کاتێکیش بوومە هەرزەکار، بە هەمووانم دەوت کە من گرنگی بە هیچ شتێک نادەم، بەڵام ڕاستییەکەی ئەوە بوو من زیاد لە پێویست گرنگیم بە شتەکان دەدا.

کەسانێکی تر هەبوون دەستیان وەردەدایە جیهانی من، بەبێ ئەوەی پێی بزانم. وام دەزانی بەختەوەری قەدەرە نەک هەڵبژاردن، هەروەها پێم وا بوو خۆشەویستی شتێکە لەخۆیەوە ڕوو دەدات، شتێک نییە مرۆڤ کاری بۆ بکات، هەروەها پێم وا بوو مرۆڤێک کە نایاب بێت؛ شتێکە مرۆڤ ڕاهێنانی لەسەر دەکات و لە خەڵکی تریشەوە فێری دەبێت و شتێک نییە مرۆڤ خۆی دابهێنێت لە پێناو خۆیدا.

کاتێک بۆ یەکەم جار بوومە خاوەنی هاوڕێیەکی کچ، وا گومانم دەبرد بۆ هەتاهەتایە بەیەکەوە دەمێنینەوە. کاتێکیش پەیوەندییەکە کۆتایی هات، پێم وا بوو جارێکی تر من ئەو هەستەم لەگەڵ ئافرەتێکی تردا بۆ دروست نابێتەوە. کاتێکیش لەگەڵ ئافرەتێکی تر ئەو هەستەم بۆ دروست بووەوە، پێم وا بوو بابەتەکە بۆیە بەو شێوەیەیە، چونکە هەندێک جار خۆشەویستی بەتەنها بەس نییە، پاشان بۆم دەرکەوت پێویستە هەر کەسێک بڕیار بدات کە بۆ ئەو «چیی بەسە» و دەکرێت خۆشەویستی لە هەر شوێنێک بوونی هەبێت کە خۆمان ڕێگا بە بوونی بدەین.

لە هەر هەنگاوێک لە هەنگاوەکانی ڕێگاکەمدا هەڵە بووم، لە هەموو شتێکدا هەڵە بووم، بە درێژایی هەموو ژیانم بەتەواوی لە

هەڵەدا بووم لە بارەی خۆم و خەڵکی و کۆمەڵگا و ڕۆشنبیری و جیهان و هەموو گەردوون... لە هەموو شتێکدا.

هیوادارم دۆخەکە بەو شێوەیە بەردەوام بێت لەو بەشەی ژیانم کە ماومە.

هەروەک چۆن (مارک)ی ئێستا دەتوانێت تەماشای ڕابردوو بکات بۆ هەڵە و کەموکورتییەکانی مارک لە ڕابردوودا، ئەوا ڕۆژێک لە ڕۆژانی ئایندەش تەماشای ئەوە دەکات کە (مارک)ی ئێستا گومانی بۆ دەبات و دەیڵێت (لە ناویشیاندا ناوەڕۆکی ئەم کتێبە) و تێبینیی هەڵە و کەموکورتیی هاوشێوە دەکات، ئەمەش کارێکی باش دەبێت، چونکە واتای ئەوەیە من گەشە دەکەم و پێش دەکەوم.

وتەیەکی بەناوبانگی یاریزانی باسکە مایکل جۆردان هەیە کە باس لە شکستەکانی دەکات جار لەدوای جار لەدوای جار، هەروەها لە بارەی ئەوەی کە ئەو شکستانە هۆکاری سەرکەوتنی بوون.

زۆر باشە، ئەوەی ئەو وتی؛ پێتان دەڵێم: «من هەمیشە هەڵە دەکەم، لە هەموو شتێکدا، جار لەدوای جار لەدوای جار، ئەمەش هۆکاری باشتربوون و گەشەکردنی ژیانمە».

گەشەکردن، پرۆسەیەکی بەیەکەوەگرێدراوی دووبارەبووەوەی بێکۆتایە. ئێمە کاتێک کە شتێکی تازە فێر؛ دەبین لە «هەڵە»وە ناگوازینەوە بۆ «ڕاست»، بەڵکوو ئێمە لە «هەڵە»یەکەوە دەگوێزینەوە بۆ «هەڵە»یەکی تر، بەڵام بە ڕێژەیەکی کەمتر هەڵەیە. کاتێک لەدوای ئەوە شتێکی دیکە فێر دەبین، ئەوا لە هەڵەیەکەوە کە بڕێکی کەمە؛ دەگوێزینەوە بۆ هەڵەیەک کە بڕەکەی کەمترە بە ڕێژەیەکی کەم، پاشان دەچین بۆ هەڵەیەکی سادەتر لەوەی پێشوو، هەر بەو شێوەیە. ئێمە لە پرۆسەیەکی بەردەوامداین بەرەو ڕاستی و کەماڵ، بەبێ ئەوەی هەرگیز بگەین بەو ڕاستی و کەماڵە.

داوامـان لێ نەکراوە بە شێوەیەکی ڕەها وەڵامـی «ڕاست» بەدەست بهێنین لە بارەی خۆمانەوە، بەڵکوو پێویستە لەسەرمان بگەڕێین بەدوای ئەوەی ئەمڕۆ تیایدا هەڵە دەکەین و خۆمانی لێ ڕزگار دەکەین بۆ ئەوەی سبەینێ کەمتر هەڵە بین.

دەکرێت گەشەی کەسی بابەتێکی تەواو زانستی بێت، کاتێک لەو گۆشەنیگایەوە تەماشای دەکـەین. بەهاکانمان بریتین لە گریمانەکانمان: ئەم ڕەفتارە باشە، ئەوەیان گرنگە، بەڵام ئەو ڕەفتارە بەو شێوەیە نییە، کردارەکانیشمان بریتین لە تاقیکردنەوەکانمان هـەروەکوو لە زانستدا هەیە، هـەروەک شێوازەکانی هەست و هەڵچوون و بیرکردنەوە بەرهەمهێنەکانمان ئـەو داتایانەن کە بەدەستیان دەهێنین.

بیروباوەڕێکی ڕاست یان ئایدۆلۆژیایەکی تێروتەسەل نییە بۆ هەموو کەسێک، ئـەوەی هەیە تەنها وا دەکات تاقیکردنەوەکانت ببینیت و بزانیت ڕاستن بەلای خۆتەوە، تەنانەت لەم حاڵەتەشدا ئەگەری هەیە کە بە شێوەیەک لە شێوەکان تاقیکردنەوەکەت هەڵە بێت. بە هۆی ئەوەی من و تۆ و هەموو کەسێکی تر پێداویستیی جیاوازمان هەیە، ئەوا بێگومان دەگەینە وەڵامی «ڕاست»ی جیاواز لە بارەی واتای ژیانمان و چۆنێتیی ژیانمانەوە. گەشتکردنم بە درێژایی چەند ساڵێک؛ وەڵامـە «ڕاسـت»ەکـەم لەخۆ دەگرێت، ژیان لە شوێنانی دوورەدەست و دابڕاو و پێکەنین تا ئەوپەڕی توانام، یان... لانی کەم تا کاتێکی نزیک وەڵامە «ڕاست»ەکەم بەو شێوەیەیە. بەڵام وەڵامەکەم بەردەوام دەگۆڕێت و بەرز دەبێتەوە، چونکە خۆم دەگۆڕێم و بەرز دەبمەوە. لەگەڵ زیادبوونی تەمەنم و زۆربوونی ئەزموونەکانمدا، خۆم لە هەڵەی هەندێک لە وەڵامەکانم دەرباز دەکەم و بەوەش ڕۆژبەڕۆژ زیاتر لەگەڵ پێداویستییەکانم

Scanned with CamScanner

هاوئاهەنگ دەبێت، ئەوەش بەردەوام دەبێت.

کەسانێکی زۆر هەن کە حەزی ئەوەیان هەیە لە ژیانیاندا «لەسەر حەق» بن، بە ئەندازەیەک کە ناتوانن بژین.

با وای دابنێین ئافرەتێکی تەنها هەیە کە شووی نەکردووە و بەدوای هاوبەشێکدا دەگەڕێت بۆ خۆی، بەڵام هەرگیز لە ماڵەکەی ناچێتە دەرەوە و هیچ کارێک ناکات بۆ گەیشتن بەوەی دەیەوێت. با وای دابنێین پیاوێکیش هەیە خۆی کوشتووە لە ئیشەکەیدا و پێی وایە شیاوی پلە بەرزکردنەوەیە، بەڵام هەرگیز لەلای بەڕێوەبەرەکەی ئەوە بەرووونی ناڵێت.

ئەو دووانە لە شکست دەترسن، یان لە ڕەتکردنەوە، یان لە بوونی کەسێک کە پێیان بڵێت «نا».

بەڵام بابەتەکە بەو شێوەیە نییە، بەدڵنیاییەوە ڕەتکردنەوە بەئازارە، شکستیش بێزارکەرە، بەڵام هەندێک بابەتی «دڵنیایی» هەیە کە دەستمان پێوە گرتوون... ئەوانە بابەتی «دڵنیایی»ن، ترسمان هەیە بیانخەینە ژێر پرسیارەوە یان پشتیان تێ بکەین، ئەوانە بەهایەکن کە ژیانمان واتایان پێ بەخشیون بە درێژایی چەندین ساڵ. ئەو ئافرەتە لە ماڵەکەی ناچێتە دەرەوە و بەڵێن بە کەس نادات، چونکە وای دەبینێت ناچار دەبێت ڕووبەڕووی بیروباوەڕەکانی خۆی ببێتەوە لە بارەی ئەوەی تا چەند ئافرەتێکی خوازراوە. هەروەها پیاوەکە داوای پلە بەرزکردنەوە ناکات، چونکە ئەمە بە واتای ڕووبەڕووبوونەوەی دێت لەگەڵ بیروباوەڕەکانی لە بارەی بەهای ڕاستەقینەی لێهاتووییەکانی.

کاتێ مرۆڤ لە شوێنی خۆی دابنیشێت لەگەڵ دڵنیاییە بەئازارەکەی بەوەی کەس نییە بەلایەوە سەرنجڕاکێش بێت و کەسیش نییە بەهرەکانی بنرخێنێت، لەوە ئاسانترە کە ئەو دڵنیاییە

بخاتە ژێر تاقیکردنەوەیەکی ڕاستەقینەوە و خۆی لە بابەتەکە دڵنیا ببێتەوە.

ئەو بیروباوڕانەی لەم شێوەیەن (بیروباوەڕم بەوەی من کەسێکی سەرنجڕاکێش نیم بەپێی پێویست، ئیتر بۆ خۆم ماندوو بکەم؟ یان بیروباوەڕم بەوەی بەڕێوەبەری کارەکەم کەسێکی خراپ و بێنرخە، ئیتر بۆ خۆم ماندوو بکەم؟)، دانراون بۆ ئەوەی بڕێکی کەم ئاسوودەییمان پێ بدەن لە ئێستادا بە قوربانیدان بە بڕێکی زۆر لە بەختەوەریمان لە داهاتوودا. ئەمە ستراتیژێکی ئەوپەڕی خراپە لەسەر ئاستی درێژخایەن، بەڵام ئێمە هۆگریان دەبین، چونکە ئێمە پێمان وایە لەسەر حەقین، لەبەر ئەوەی ئێمە گریمانەی زانینی پێشوەختەمان دەکەین بەوەی ڕوو دەدات. بە دەربرینێکی تر: گریمانەی ئەوە دەکەین کە ئێمە کۆتایی چیرۆکەکە دەزانین.

دڵنیایی دوژمنی گەشەکردنە، هیچ شتێکی دڵنیایی نییە پێش ئەوەی ڕوو بدات، پێش ئەوەی بەڕاستی بێتە دی، تا ئەو ساتەش شیاوی ئەوەیە گفتوگۆی لە بارەوە بکرێت، ئەمەیە هۆکاری ئەوەی قبوڵکردنی کەموکورتی و عەیبەکان لە بەهاکانی ئێمەدا چاوەڕوانکراوە تا ئەو کاتەی ئەو بەهایە گەشە دەکات و پێش دەکەوێت.

لەبریی ڕاکردن بەدوای «دڵنیایی»دا، پێویستە لەسەرمان لە حاڵەتی گومان و گەڕانی بەردەوامدا بین: گومان لە بۆچوونەکانماندا، گومان لە هەستەکانماندا، گومان لەوەی داهاتوو بۆمانی هەڵگرتووە، ئەگەر جووڵە نەکەین و خۆمان ئەو داهاتووە دروست نەکەین بۆ خۆمان. لەبریی ئەوەی بەردەوام هەوڵ بدەین هەمیشە لەسەر حەق بین، پێویستە لەسەرمان بەردەوام بگەڕێین بۆ «چۆن ئێمە

Scanned with CamScanner

هەڵەین»، ئەمەش لەبەر ئەوەی ئێمە هەمیشە هەڵەین!

ئەگەر هەڵەش بین؛ ئەوا دەکرێینەوە بەسەر ئەگەری گۆڕانکاریدا، بوونمان لەسەر هەڵە؛ هەلی گەشەکردن و پێشکەوتنمان پێ دەدات، ئەمە واتای دروستکردنی کەلێنێک نییە لە قۆڵماندا (ڕاکێشانی خوێن لە دەمار) بۆ ئەوەی لە نەخۆشییەک چاک ببینەوە، هەروەها واتای ڕژاندنی میزی سەگ نییە بە ڕووخسارماندا بۆ ئەوەی هەمیشە بەگەنجی بمێنینەوە، واتای ئەوەیە کە «خۆبەکەمزان» جۆرێک نییە لە سەوزە، هەروەها نەترسین لەوەی گرنگی بە هەندێک شت بدەین.

بابەتەکە بەم شێوەیەیە، چونکە شتێکی نامۆ هەیە، بەڵام ڕاستییە: بەڕاستی ئێمە نازانین کامە تاقیکردنەوەی ئەرێنییە و کامە نەرێنییە! هەندێک لە قورسترین و سەختترین ساتەکانی ژیانمان بە شێوەیەک کۆتایی دێن، کە لە هەموو دۆخەکان باشتر بەسەرماندا دەشکێنەوە، هەروەک بۆمان دەردەکەوێت کە هەندێک لەو کاتانەی لە هەموو کاتێک تێرترین ئەو ساتانەن کە تیایدا ئاگاییمان تووشی پەرتبوون بووە و پشتیوانمان نەماوە. لە بارەی تاقیکردنەوە ئەرێنی/نەرێنییەکانەوە، متمانە بە بیرکردنەوەی خۆت مەکە. هەموو ئەوەی ئێمە دڵنیاین لە زانینی، بەڕاستی ئەوانەیە کە لە ئێستادا ئازارمان دەدەن و ئازارمان نادەن، ئەمەش شتێکی بەبەها نییە.

بەتەواوی وەکوو ئەوە وایە کاتێک کە بەترسەوە تەماشای ژیانی خەڵکی دەکەین پێش پێنج سەد ساڵ لەمەوبەر، دەیهێنمە پێش چاوم کە دوای پێنج سەد ساڵی دیکە خەڵکی بە ئێمە و دڵنیاییەکانمان پێدەکەنن، زۆر پێمان پێدەکەنن کاتێ دەبینن چۆن ڕێگامان داوە پارە و کارەکانمان ژیانمان بۆ دیاری بکەن، هەروەها زۆر پێدەکەنن کە دەبینن چەندە ترسمان هەیە لەوەی کەسێک

Scanned with CamScanner

بنرخێنین کە لە ئێمە گرنگترە، بەڵام پیاهەڵدان بە کەسانێکی گشتیدا دەکەین کە شیاوی هیچ نین، هەروەها پیمان پێدەکەنن کاتی سرووتەکانمان و ئەو شتانەی بە شومیان دەزانین؛ دەبینن و ئەو شتانەش کە دوودڵیمان بۆ دروست دەکەن و ئەو شتانەی دەبنە هۆی سەرهەڵدانی شەڕ لە نێوانماندا، ئەو کەسانە چەند ڕاستییەک لە ژیانی ئێمەیان بۆ دەردەکەوێت، سەیری دڵڕەقیمان دەکەن، لێکۆڵینەوە لە هونەرەکانمان دەکەن و لە بارەی مێژوومانەوە گفتوگۆ دەکەن، ئەو کەسانە کۆمەڵێک ڕاستییان لە ژیانی ئێمەدا بۆ دەردەکەوێت کە تائێستا کەس لە ئێمە نەیزانیوە.

ئەوانیش هەڵە دەبن، ئەوانیش هەروەها، زۆر لە هەڵەکانی ئێمەش تێدەپەڕێنن.

ئەندازیارانی بیروباوەڕەکانمان

هەوڵ بدە لەمە تێبگەیت، کەسێک وەرگرە، بەبێ دیاریکردن لەگەڵ پلاکێکی بچووکدا بیخەرە ژوورێکەوە کە بتوانێت دەستی پێدا بنێت، پاشان پێی بڵێ ئەگەر شتێکی دیاریکراو ئەنجام بدات (شتێک کە خۆی هەڵیبژێرێت)؛ ئەوا گلۆپێک هەڵدەبێت وەک ئاماژەیەک بۆ ئەوەی خاڵێکی هەیە، پاشان پێی بڵێ ئەو خاڵانە بژمێرێت کە لە ماوەی سی خولەکدا کۆیان دەکاتەوە.

کاتێک زانایانی دەروونناسی ئەم تاقیکردنەوەیەیان ئەنجام دا، شتێک ڕووی دا کە لەوانەیە پێشبینیت کردبێت. ئەو کەسانەی خرابوونە ژێر تاقیکردنەوەکەوە، دانیشتن و بە شێوەیەکی هەرەمەکی دەستیان بە پلاکەکەدا دەنا بۆ ئەوەی گلۆپەکە هەڵبێت و پێیان بڵێن خاڵێکیان بەدەست هێناوە.

لۆژیکییە کە هەوڵیان دا بەردەوام کارەکەیان دووبارە بکەنەوە بۆ ئەوەی خاڵی زیاتر بەدەست بهێنن، بەڵام گلۆپەکە چیتر

هەڵنەدەبوو، بەم شێوەیەش ڕێگای جیاواز و ئاڵۆزیان گرتە بەر: سێ جار دەست بنێ بە پلاکەکەدا، پاشان جارێک دەستی پێدا بنێ، پاشان پێنج چرکە چاوەڕێ بکە، پاشان گڵۆپەکە دادەگیرسێت! خاڵێکی تر، بەڵام ئەمە لە کۆتاییدا سوودی نەبوو، دەستیان کرد بەبیرکردنەوە: لەوانەیە ئەوە هیچ پەیوەندییەکی بە پلاکەکەوە نەبێت، لەوانەیە پەیوەندیی بە شێوەی دانیشتنمەوە هەبێت، یان لەوانەیە پەیوەست بێت بەو شتەی دەستی لێ دەدەم، لەوانەیە بابەتەکە پەیوەندیی بە قاچمەوە هەبێت... گڵۆپەکە هەڵبوو! خاڵێکی تر، بەڵێ... قاچەکانمە... پاشان دەست بنێ بە پلاکەکەدا، گڵۆپەکە دادەگیرسێت!

بە شێوەیەکی گشتی هەریەکەیان لە ماوەی دە خولەک بۆ پانزە خولەکدا توانییان ڕەفتار و جووڵەی پێویست بۆ کۆکردنەوەی خاڵی زیاتر بدۆزنەوە، ئەو ڕەفتارانە بەڕاستی نامۆ بوون... شتانێکی لە شێوەی وەستان لەسەر یەک قاچ، یان زنجیرەیەک دەستپێدانانی زۆر بە پلاکەکەدا لە ماوەیەکی دیاریکراودا و لەگەڵ ڕوانین بۆ ئاراستەیەکی دیاریکراو!

بەڵام با بەشە نامۆکەی چیرۆکەکەتان پێ بڵێم: لە ڕاستیدا بەخشینی خاڵەکان بە شێوەی هەڕەمەکی بوو، خۆی لە خۆیدا هیچ زنجیرە و شێوازێکی دیاریکراوی نەبوو، تەنها گڵۆپێک بوو کە دادەگیرسا و خەڵکەکەش دەستیان بە پلاکێکدا دەنا، بەو گومانەی کە ئەمەی دەیکەن؛ خاڵیان بۆ دەستەبەر دەکات.

ئەگەر هەموو شتەکان بخەینە لاوە، دەبینین ئامانجی لێکۆڵینەوەکە خستنەڕووی خێرایی عەقڵی مرۆڤەکان بوو لە داهێنانی هەندێک شتی بێسەروبەر، پاشان بڕواپێکردنی و بە ڕاست دانانی. ڕوون بووەوە کە بەڕاستی ئێمە لێوەشاوەین لەو

Scanned with CamScanner

بوارەدا، هەموومان لێوەشاوەین. هەریەکەیان لە ژوورەکە هاتنە دەر بەو باوەڕەوە کە تاقیکردنەوەکەی بەسەرکەوتوویی بڕیوە و لە یارییەکەدا براوە بووە، هەموویان بڕوایان وا بوو کە زنجیرە «ڕاست»ەکەیان دۆزیوەتەوە بۆ پەنجەنان بە پلاکەکەدا و بەمەش خاڵیان وەرگرتووە، بەڵام ئەو ڕێگایانەی دایانهێنا؛ دەگمەن بوون بە ئەندازەی دەگمەنیی مرۆڤەکان خۆیان. یەکێک لە پیاوەکان گەیشتە زنجیرەیەک دەستپێدانان بە پلاکەکەدا کە لای خۆی نەبێت، هیچ مانایەکی نەبوو. یەکێک لە کچەکانیش چووە دەرەوە بەو باوەڕەوە کە دەبێت چەند جارێک دەست بدات لە سەقفەکە بۆ ئەوەی خاڵ بەدەست بهێنێت، کاتێکیش لە ژوورەکە هاتە دەرەوە؛ لەوپەڕی ماندوویێتیدا بوو بە هۆی ئەو هەموو بازدانەی ئەنجامی دابوو بۆ ئەوەی دەستی بدات لە سەقفەکە.

مێشکی ئێمە ئامێری واتاکانن، بەڵام ئەوەی پێمان وایە واتایە؛ لەو پەیوەندییانەوە دروست بووە کە عەقڵمان دروستی دەکات لەنێوان دوو تاقیکردنەوە یان زیاتردا. دەست بە پلاکێکدا دەنێین، دەبینین گڵۆپێک دادەگیرسێت. با وای دابنێین پلاکەکە بووەتە هۆی داگیرسانی گڵۆپەکە، ئەمە لە ناوەڕۆکدا بناغەی واتاکەیە. پلاک، ڕووناکی، پلاک... ئێمە کورسییەک دەبینین، تێبینی ئەوە دەکەین کە ڕەنگی کورسییەکە خۆڵەمێشییە، لەو کاتەدا مێشکمان پەیوەندییەک دروست دەکات لەنێوان ڕەنگ (خۆڵەمێشی) و شتێک (کورسی)دا، پاشان واتاکە دادەڕێژێت: «کورسییەکە خۆڵەمێشییە».

مێشکمان هەمیشە کار دەکات و پەیوەندیی زیاتر و زیاتر دروست دەکات بۆ ئەوەی یارمەتیمان بدات لە تێگەیشتنی ژینگەی دەوروبەرمان و هەڵسوکەوتکردن پێیانەوە. هەموو شتێک لەو تاقیکردنەوانەی لەگەڵیاندا دەژیین (تاقیکردنەوە دەرەکی و

ناوەکییەکان)، پەیوەندیی بەیەکگەیشتنی نوێ لەناو مێشکماندا بەرهەم دێت. هەموو شتێک، لەو وشانەی لەم لاپەڕەیەدان بۆ ئەو تێگەیشتنە نەحوییانەی بەکاریان دەهێنین، بۆ تێگەیشتن لەو وشانە و بۆ ئەو جنێوە پیسانەی مێشکت بۆی دەچێت کاتێ ئەوەی من دەینووسم دووبارەیە یان بێزارکەرە... هەر بیرۆکەیەک لەو بیرۆکانە، هەر لێدانێکی دڵ، هەر تێگەیشتنێک، پێک هاتووە لە هەزاران و هەزاران پەیوەندیی دەماری کە بەناو یەکدا دەچن و ڕووناکی دەدات بە عەقڵت لە ڕێڕەوی تێگەیشتن و زانیندا.

بەڵام لێرەدا دوو کێشە هەیە: یەکەمیان ئەوەیە عەقڵمان بێ کەموکوڕی نییە، ئێمە هەڵە دەکەین لە شتانێکدا کە دەیانبینین و دەیانبیستین، هەروەک ئێمە هەندێک لە شتەکانمان بیر دەچێتەوە و لە شیکردنەوەی ڕووداوەکاندا بەوپەڕی ئاسانی هەڵە دەکەین.

کێشەی دووەم ئەوەیە کە مێشکمان دروست کراوە بۆ دەستگرتن بەو واتایەی بۆ خۆمانی دەهێنینە بوون. ئێمە هەمیشە لا دەدەین بەلای ئەو واتایەدا کە عەقڵمان دروستی کردووە، حەز ناکەین دەستیان لێ هەڵگرین، تەنانەت کاتێکیش بەڵگەیەکمان دێتە بەر دەست کە پێچەوانەی ئەو واتایە بێت کە پێی گەیشتووین، ئەوا زۆربەی کات بەڵگەکە پشتگوێ دەخەین و دەست دەگرین بە بیروبڕواکانمانەوە.

جارێک ئیمۆ فلیپسی کۆمیدی وتی: «پێم وا بوو کە مێشک گەورەترین ئەندامی جەستەمە، پاشان زانیم کێ وام پێ دەڵێت.» ڕاستییە ناخۆشەکە ئەوەیە کە ئەو بەشە زۆرەی دەیزانین و بڕوامان پێیەتی، بەرەنجامی پەیوەندییەکی بەهێزە لەنێوان لایەنداری و نەبوونی وردەکاری کە لە مێشکماندا بوونیان هەیە. زۆر لە بەهاکانمان، بەڵکوو بەشی هەرە زۆریان بەرهەمی ئەو ڕووداوانەن

Scanned with CamScanner

کە هەموو جیهان لەخۆ ناگرن، یان بەرهەمی ڕابردوویەکن کە تێگەیشتنیان بەتەواوی خراپە.

ئەنجامی ئەم قسەیە چییە؟ ئەنجامەکەی ئەوەیە کە زۆرینەی بیروڕاکانمان هەڵەن، یان با وردتر بین: بیروڕاکانمان هەموویان هەڵەن، بەڵام هەندێکیان لەوانی تر کەمتر هەڵەن! عەقڵی مرۆڤەکان کۆمەڵێکی بەیەکداچووە لە کەمیی وردەکاری. ڕاستە ئەم بیرۆکەیە لەوانەیە نائاسوودەت بکات، بەڵام قبوڵکردنی بە جۆرێک گرنگە کە بڕوای پێ ناکرێت. لە داهاتوودا ئەمە دەبینین.

ئاگاداری ئەوە بە کە بڕوات پێیەتی

لە میانەی خستنەژێر چارەسەری دەروونییەوە لەساڵی ١٩٨٨، ڕۆژنامەنووس و نووسەری بواری ئافرەتان؛ میریدیس ماران گەیشتە ڕاستییەکی لەناکاو: کاتێک منداڵ بوو؛ باوکی مامەڵەی سێکسیی نەشیاوی لەگەڵ کردبوو، ئەمە شۆکێک بوو بۆ ئەو، لەگەڵ یادگەیەکی داگیرکراو هەموو ژیانی تێپەڕاند تاکوو گەورە بوو بەبێ ئەوەی هیچی لە بارەوە بزانێت، بەڵام کاتێ گەیشتە تەمەنی سی و حەوت ساڵی؛ ڕووبەڕووی باوکی وەستایەوە و ڕووداوەکەی بە ئەندامانی خێزانەکەی ڕاگەیاند.

ئەوەی میریدیس باسی کرد، ترسی خستە نێو دڵی ئەندامانی خێزانەکەوە. باوکی بەخێرایی ڕەتی کردەوە کە هیچ کارێکی کردبێت. بەشێک لە ئەندامانی خێزانەکە چوونە پاڵ میریدیس، بەشەکەی دیکەشیان چوونە پاڵ باوکەکە، داری خێزانەکە بوو بە دوو بەش. ئەو ئازارەی بووبووە ڕەگەزێکی دیاریکراو لە پەیوەندیی نێوان میریدیس و باوکیدا، بۆ ماوەیەکی زۆر تەنییەوە

و وەکوو ڕزین لەنێو لقەکانی ئەو دارەدا بڵاو بووەوە، هەمووان پارچە پارچە بوون.

لە ساڵی ١٩٩٦ میریدیس شتێکی کتوپڕی دیکەی دۆزییەوە: باوکی هیچ مامەڵەیەکی نەشیاوی سێکسیی بەرامبەری نەکردبوو، عەقڵی خۆی ئەو بیرەوەرییەی داهێنابوو بە یارمەتیی چارەسازێکی دەروونی کە ئەویش مەبەستی خراپ نەبوو، هەستکردن بە تاوانی زاڵ کردبوو بەسەریدا.

هەموو ئەو ماوەیەی لە ژیانی باوکیدا مابوو؛ لە هەوڵی ئاشتکردنەوەی ئەو و ئەندامانی دیکەی خێزانەکەیدا بوو لە ڕێی داوای لێبووردنە بێکۆتاییەکانی، بەڵام کات فریای نەکەوت، لەبەر ئەوەی باوکی مرد و ئەو خێزانە هەرگیز نەگەڕایەوە سەر ڕێچکە ڕاستەکەی خۆی.

دواتر ڕوون بووەوە کە میریدیس بەتەنها نەبووە، ئەو لە ژیاننامەکەیدا کە ناوی لێ ناوە «درۆکەم: چیرۆکێکی ڕاستەقینە لە بارەی یادەوەرییەکی ساختەوە»؛ ڕوونی کردووەتەوە کە چۆن ئافرەتانێکی زۆر لە دەیەی هەشتاکاندا ئەندامە نێرینەکانی خێزانەکەیان تۆمەتبار کردووە بە دەستدرێژیکردنە سەریان و مامەڵەی نەشیاو بەرامبەریان، بەڵام پاش چەند ساڵێک لە قسەکانیان پەشیمان بوونەتەوە. لە ڕووداوێکی هاوشێوەدا، لە هەمان دەیەدا کەسانێکی زۆر دەرکەوتن کە باسیان لە کۆمەڵەی شەیتانپەرستەکان دەکرد کە خراپە بەرامبەر منداڵان دەکەن، بەڵام پۆلیس هیچ بەڵگەیەکی دەست نەکەوت سەبارەت بەو ڕەفتارە شێتانەیەی باسیان کردبوو، سەرەڕای لێکۆڵینەوەی زۆر کە لە دەیان شاردا بەڕێوە چوون.

بۆچی خەڵکی لەناکاو کەوتنە هەڵبەستنی ئەو یادەوەرییە

درۆیانە لە بارەی خراپەکاریی تۆقێنەر لەناو خێزانەکان و هەندێک لە کۆمەڵە ئایینییەکاندا؟ بۆچی هەموو ئەو شتانە لەو ماوە دیاریکراوەدا ڕوویان دا، واتە لە دەیەی هەشتاکاندا؟

کاتێک کە منداڵ بوویت یاریی (تەلەفۆن)ت کردووە؟ ئەو یارییەی کە شتێک دەچپێنیت بە گوێی کەسێکدا، پاشان ئەوەی وتووتە بە هەمان ڕێگا دەگوێزرێتەوە بۆ دە کەسی تر و ئەوەی کۆتا کەس گوێی لێی دەبێت؛ زۆر جیاوازە لەوەی تۆ لە سەرەتاوە وتووتە. یادگەی ئێمەش لە بنەڕەتەوە لەسەر ئەم شێوازە کار دەکات.

بە ئەزموونێکی دیاریکراودا تێدەپەڕین، لەپاش چەند ڕۆژێک بە شێوەیەکی کەمێک جیاواز ئەو ئەزموونەمان بیر دەکەوێتەوە، وەک ئەوەی کەسێک چپاندبێتی بە گوێماندا و بەباشی نەمانبیستبێت، پاشان ئەو ئەزموونە بۆ کەسێک دەگێڕینەوە و خۆمان بە ناچار دەبینین کە هەندێک لە بۆشاییەکان لەلایەن خۆمانەوە پڕ بکەینەوە بۆ ئەوەی دڵنیا ببینەوە کە چیرۆکەکە واتایەک دەبەخشێت و بۆ ئەوەی وەک چیرۆکێکی سەرنجڕاکێش دەربچێت، پاشان خۆمان باوەڕ بەو شتە بچووکانە دەکەین کە مێشکی خۆمان دروستی کردوون، بەم شێوەیە چیرۆکەکە بەتەواوی دەگێڕینەوە، لەگەڵ زیادکراوەکاندا لە جاری داهاتوودا، بەڵام ئەو زیادکراوانە ڕاستەقینە نین، ئێمەش دەزانین کە تارادەیەک هەڵەی تێدایە، پاشان لەدوای ساڵێک بەسەرخۆشی هەمان چیرۆک دەگێڕینەوە و چاکسازیی زۆری تێدا دەکەین... کێشە نییە، با ڕاستگۆ بین... یەک لەسەر سێی چیرۆکەکەمان گۆڕانی بەسەردا دێت، بەڵام هەفتەیەک دوای ئەوە هاوار دەکەین و نامانەوێت دان بنێین بەوەی زیادەڕۆییمان لە درۆدا کردووە، بەو شێوەیە چیرۆکەکە بە کۆپییەکی گەورەکراو و سەرخۆشانەوە دەگێڕینەوە، پاشان پێنج ساڵ تێدەپەڕێت و سوێند

دەخۆین کە ڕاستە، سوێند دەخۆین بە گیانی دایکمان کە ڕاستە و لە خودی ڕاستگۆییش ڕاستگۆیانەترە، لە کاتێکدا لە سەددا پەنجای ناڕاستە.

ئێمە ئەو کارە دەکەین، هەمووومان، تۆ ئەو کارە دەکەیت، منیش ئەو کارە دەکەم، ئەو بابەتەش هیچ پەیوەندییەکی بە ئاستی ڕاستگۆییمان یان نییەتباشیمانەوە نییە، لەبەر ئەوەی ئێمە هەمیشە لە حاڵەتی سەرلێشێواندنی خۆمان و سەرلێشێواندنی خەڵکانی تردایین لەبەر هۆکارێک نا، بەڵکوو تەنها لەبەر ئەوەیە کە مێشکمان بە جۆرێک دیزاین کراوە هەمیشە چالاک بێت، بەڵام دیزاین نەکراوە بۆ ئەوەی ورد بێت.

بابەتەکە لەسەر خراپیی یادگەمان کورت نابێتەوە (یادگەیەکی خراپ تا ئەو ئاستەی وا بکات دادگاکان شاهیدەکان بەهەند وەرنەگرن لە هەندێک حاڵەتدا)، بەڵکوو مێشکمان تا ئاستێکی ئابڕووبەریش بە ڕێگای لایەنداری کار دەکات.

ئەوە چۆنە؟ مێشک هەمیشە هەوڵ دەدات واتای ئەوەی لە دەوروبەرمانە هەڵێنجێت، ئەمەش بە پشتبەستن بەوەی پێشتر باوەڕمان پێیەتی و ئەوەش کە پێشتر پێمان ڕاگەیەنراوە. هەر زانیارییەکی نوێ لە ڕێگەی بەها و هەڵێنجراوەکانی خۆمانەوە پێوانە دەکرێت، لە ئەنجامی ئەوەش مێشک هەمیشە لایەندار دەبێت بۆ ئەوەی لەو چرکەساتەدا هەست دەکەین کە ڕاستە.

بەو شێوەیەش کاتێک پەیوەندیم لەگەڵ خوشکەکەم باش بێت؛ ئەوا هەموو بیرەوەرییەکانم لەگەڵ ئەو لەژێر ڕۆشنایی ئەرێنیدا باس دەکەم، بەڵام کاتێک پەیوەندییەکە خراپ دەبێت؛ ئەوا زۆربەی کات بەو شێوەیە سەیری هەمان ئەو یادەوەرییانە دەکەم کە جیاوازە لە ڕابردوو و بەو جۆرە دایدەڕێژمەوە کە توورەیی و

بێزاریی ئێستای نێوانمان تیایدا ڕەنگ بداتەوە. من ئێستا تەماشای دیارییە ناسکەکەی دەکەم کە ساڵی ڕابردوو پێشکەشی کردم وەک ئاماژەیەک بۆ زاڵێتی (وەک ئەوەی چاکەیەکی لەگەڵم کردبێت نەک دیاری)، دواتر بانگهێشتنەکردنمان بۆ ماڵەکەی لەنزیک دەریاچەکە بە هەڵەیەکی بێتاوانانە نازانم کە بەبێ مەبەست ڕووی دابێت، بەڵکوو بە فەرامۆشکردن و پشتگوێخستنێکی ئابڕووبەرانەی دەزانم لەلایەن ئەوەوە.

چیرۆکی درۆزنانەی میریدیس لە بارەی خراپەکارییەکەی باوکی بەرامبەری، زۆر واتای زیاتر دەبێت کاتێک لەو بەهایە تێدەگەین کە ئەو بیروباوەڕەی لێوە پەیدا بووە. پێویستە لە سەرەتاوە ئەوە بزانین کە پەیوەندیی میریدیس لەگەڵ باوکیدا لە زۆربەی کاتەکانی ژیانیدا پەیوەندییەکی ناهەموار و پڕکێشە بووە، دەبێت ئەوەش بزانین کە میریدیس زنجیرەیەک لە پەیوەندیی سەرنەکەوتووی لەگەڵ پیاواندا دروست کردووە، لەناو ئەوانەشدا هاوسەرگیرییەکی سەرنەکەوتوو.

بەو شێوەیەش ئەو بەهایەی لەلای ئەو بووە، دەڵێت: «پەیوەندیی پتەو لەگەڵ پیاواندا، کارێکی خراپە».

لە سەرەتای هەشتاکانەوە، میریدیس بووە چالاکوانێکی توندڕەوی بواری ئافرەتان و دەستی کرد بە ئەنجامدانی توێژینەوە لە بارەی دەستدرێژیی سێکسی بۆ سەر منداڵان. ڕووکەشەکەی چیرۆکی دەستدرێژیی زۆر ترسناک بوو، یەک لەدوای یەک، مامەڵەی لەگەڵ کەسانێک کرد کە ڕووبەڕووی دەستدرێژیی سێکسی بووبوونەوە لەناو خێزانەکەیاندا (بەگشتی کچانی منداڵ بوون)، ئەمەش چەند ساڵێک بەردەوام بوو، هەروەک ژمارەیەک ڕاپۆرتی ڕۆژنامەوانیی زۆری نووسی لە بارەی چەند

Scanned with CamScanner

توێژینەوەیەکی کەم وردەکارییەوە کە لەو کاتەدا دەرکەوتبوون:
توێژینەوەی لەو چەشنە کە زۆر زیادەڕۆیی کردبوو لە بارەی
ئاستی بڵاوبوونەوەی دیاردەی دەستدرێژیکردنە سەر منداڵان لە
چوارچێوەی خێزاندا (یەکێک لەو توێژینەوانە باسی لەوە کردبوو
کە یەک لەسەر سێی ئافرەتە پێگەیشتووەکان لە تەمەنی منداڵییاندا
ڕووبەڕووی دەستدرێژیی سێکسی بوونەتەوە، پاشتر دەرکەوت
کە ئەو ژمارەیە بە هیچ شێوەیەک ڕاست نییە).

لەسەرووی هەمووی ئەوانەوە، میریدیس کەوتە داوی خۆشەویستییەوە لەگەڵ ئافرەتێکی دیکە و پەیوەندیی سێکسیی لەگەڵی دروست کرد، ئەو ئافرەتە یەکێک بوو لە قوربانییانی دەستدرێژیی سێکسی لە تەمەنی منداڵیدا، میریدیس پەیوەندییەکی ژەهراویی پەرە پێ دا لە متمانەی دوولایەنە لەنێوان خۆی و هاوبەشەکەیدا، ئەو هاوبەشەی کە میریدیس هەمیشە هەوڵی دەدا ڕزگاری بکات لە ڕابردووە ئازاربەخشەکەی، هاوبەشەکەی چەکی ڕابردووە ئازاربەخشەکەی بەکار هێنا بۆ ئەوەی میریدیس هەست بە تاوانباری بکات بەرامبەری تاکوو سۆز و خۆشەویستیی ئەو بەدەست بهێنێت (بەندی هەشتەم لە بارەی ئەم بابەتە و سنوورەکانییەوە، شتی زیاتر لەخۆ دەگرێت). لەو میانەشدا پەیوەندیی میریدیس لەگەڵ باوکی زیاتر بەرەو داڕووخان چوو، هەرگیز دڵخۆش نەبوو بەوەی پەیوەندییەکی هاوڕەگەزبازیی دروست کردووە، هەروەها بەردەوام لەژێر چارەسەری دەروونیدا بوو بە جۆرێک نزیک بوو لەوەی تووشی واسواسی بێت، بەڵام ئەو چارەسازانەی خاوەنی بەها و بیروباوەڕی خۆیان بوون کە ڕەفتارەکانیانی ئاراستە دەکرد، هەمیشە جەختیان لەسەر ئەوە دەکردەوە کە ناکرێت تەنها کارە ماندووکەرەکەی

میریدیس لە ئامادەکردنی ڕاپۆرتی ڕۆژنامەوانی یان پەیوەندییە سەرنەکەوتووەکانی لەگەڵ پیاواندا؛ هۆکاری سەرەکیی پشت بەدبەختییەکانی بن، بێگومان دەبێت شتێکی تر هەبێت، شتێکی قووڵتر!

بەنزیکەیی لەو سەردەمەدا جۆرێک لە چارەسەری دەروونی پەیدا بوو کە ناویان لێ نابوو «چارەسەرکردن بە یادەوەریی سەرکوتکراو»، ناوبانگێکی زۆری پەیدا کرد. ئەم جۆرە چارەسەرکردنە شێوازێکی نزیک لە خەواندنی موگناتیسی بۆ نەخۆشەکان لەخۆ دەکرێت، پاشان هان دەدرێت بۆ وەبیرهاتنەوەی یادەوەرییە لەبیرکراوەکانی تەمەنی منداڵی و سەرلەنوێ زیندووکردنەوەیان. ئەو یادەوەرییانە زۆربەی کات ئاسایین و هیچ کێشەیەکیان تێدا نییە، بەڵام بیرۆکەکە ئەوەیە کە پێدەچێت بەشێک لەو یادەوەرییانە؛ «یادەوەریی خراپ» بن.

بەم شێوەیە (مریدیس)ی داماو بەبەدبەختی هەموو ڕۆژێک لێکۆڵینەوەی ئەنجام دەدا لە بارەی خوێنڕێژە نزیکەکان و دەستدرێژیکردنە سەر منداڵانەوە، تووڕە و ڕەشبین بوو بەرامبەر بە باوکی، بە ژیانێکی پڕ لە پەیوەندیی سەرنەکەوتوو لەگەڵ پیاواندا تێپەڕی، پاشان ئەو تاکە کەسەی وا دیار بوو لێی تێدەگەیشت و خۆشی دەویست؛ ئافرەتێکی تر بوو کە ئەویش قوربانییەکی دەستی خوێنڕێژە نزیکەکان بوو لە ڕابردوودا، هەر دوو ڕۆژ جارێک لەسەر قەرەوێڵەکە پاڵ دەکەوت و لەبەردەمی چارەسازەکەیدا دەگریا کە داوای لێ دەکرد ئەو شتانەی بیر بکەوێتەوە کە بیری نەماون. کارەکە بەو شێوەیە بوو: لێرەدا حاڵەتێکی نایابمان هەیە لە پێناو یادەوەرییەکی جیاوازدا لە بارەی دەستدرێژییەکی سێکسی کە هەرگیز ڕووی نەداوە.

کێشەی گەورە کە مێشکمان لە کاتی چارەسەرکردنی تاقیکردنەوەکانی ژیانماندا ڕووبەڕووی دەبێتەوە؛ بریتییە لە شیکردنەوەی ئەو تاقیکردنەوانە بە جۆرێک بیگونجێنین لەگەڵ هەموو شارەزاییەکانی ڕابردوومان لەگەڵ هەست و بیروباوەڕەکانیشماندا، بەڵام لە ژیاندا زۆر جار ڕووبەڕووی بارودۆخی وا دەبینەوە کە تیایدا هەماهەنگی لەنێوان ڕابردوو و ئێستایدا دروست نابێت: لەم جۆرە بۆنانەدا، ئەوەی لە ئێستادا لەگەڵی دەژین، ڕووبەڕووی ئەوەی قبوڵمانە وەک ڕاستییەک و هەر شتێک کە پەیوەستە بە ڕابردووەوە و ئێمە بە لۆژیکی دەزانین؛ ڕادەوەستێتەوە. لە هەوڵیشدا بۆ هێنانەکایەی هەماهەنگیی ونبوو؛ مێشکمان بەئەنقەست هەندێک یادەوەریی ساختە دروست دەکات، لە میانەی دروستکردنی پەیوەندییش لەنێوان تاقیکردنەوەی ئێستامان و ئەو ڕابردووە خەیاڵییەدا، مێشکمان ڕێگامان پێ دەدات لەسەر ئەو واتایانەی تیایدا جێگیر بوون؛ بمێنینەوە.

هەروەک پێشتریش تێبینیمان کرد، چیرۆکەکەی میریدیس تاکە چیرۆکی لەو جۆرە نەبوو، لە ڕاستیدا ساڵانی دەیەی هەشتاکان و سەرەتای دەیەی نەوەدەکان، تۆمەتبارکردنی سەدان کەسی بێتاوانی بەخۆیەوە بینی بە تۆمەتی توندوتیژیی سێکسی لە بارودۆخی لێکچوودا، زۆرینەی ئەو کەسانەش نێردران بۆ زیندان.

سەبارەت بەو کەسانەی لە ژیانی خۆیان ڕازی نەبوون، ئەو شیکردنەوە وەرگیراوانە شانبەشانی پڕکردنێکی گەورەی سۆزدارانە کە دەزگاکانی ڕاگەیاندن پاڵنەری بوون لەو بابەتەدا، وای کرد نائاگایی لە مێشکی خەڵکیدا پاڵ بەو عەقڵانەوە بنێت دەستکاریی یادەوەرییەکانیان بکەن بە جۆرێک کە وەکوو قوربانییەک دەربکەون لە ڕێگەی شیکردنەوەی نارەحەتییەکانی

ئێستایانەوە، بەوەش خۆیان لە بەرپرسیارێتی بدزنەوە. بەو شێوەوەیە «چارەسەرکردن بە یادەوەریی کپکراو» بووە ئامرازێک بۆ ئەوەی حەز و ئارەزووە نائاگایانەکان لە حەشارگەکانیان بێنە دەرەوە و لە چوارچێوەی یادەوەرییەکدا بەرجەستە بین.

ئەم پرۆسەیە و ئەو حاڵەتە زیهنییەی لێی کەوتەوە، تەشەنەی کرد بە جۆرێک ناوی لێ نرا «ماکی یادەوەریی ساختە» کە بووە هۆی گۆڕانکاری لە شێوازی کارکردنی دادگاکاندا، دادگایی هەزاران کەس لەو چارەسازانە کرا و مۆڵەتی کارکردنیان لێ سەنرایەوە.

«چارەسەرکردن لە ڕێگای یادەوەریی کپکراو» لە بواری کارکردن دەرهێنرا و ڕێگای کرداریی دیکە شوێنی گرتەوە، پاشان توێژینەوەکانی دواتر جەختیان لەسەر ئەو وانە بەئازارە کردەوە کە لەو دەیەیەدا فێری بووین: بیروباوەڕەکانمان نەرمن، یادەوەرییەکانمان تا ئاستێکی ترسناک باوەڕپێنەکراون.

برێکی زۆر دانایی کلاسیکی هەیە کە پێمان دەڵێت «متمانەمان بە خۆمان هەبێت» و «گوێ لە دڵمان بگرین»، هەروەها چەندین کلیشەی تر.

بەڵام لەوانەیە وەڵامی ڕاست ئەوە بێت کە لە متمانەمان بە خۆمان کەم بکەینەوە. لەدوای هەموو بابەتەکە، ئەگەر دڵەکانمان و عەقڵەکانمان جێی متمانە نەبن؛ ئەوا پێویستە نییەت و پاڵنەرەکانمان زیاتر بخەینە ژێر پرسیارەوە. ئەگەر ئێمە هەڵە بین، هەموومان، هەموو کاتێک، ئایا گومانکردن لە خۆمان و بەرهەڵستیی بیرکردنەوە و بیروباوەڕەکانمان و گریمانەکانمان بە جۆرێک نەرمیی لەگەڵ نەنوێنرێت؛ نابێتە تاکە ڕێبازی لۆژیکی بەرەو پێشکەوتن؟

ڕەنگە ئەمە ترسناک بێت، لەوانەشە جۆرێک لە تێکشکانی خودی بێت، بەڵام تەواو بە پێچەوانەی ئەوەیە، نەک هەر سەلامەترین

Scanned with CamScanner

هەڵبژاردەیە، بەڵکوو بڕێکی زیاتر لە ئازادییشمان پێ دەبەخشێت.

مەترسییەکانی «دڵنیایی ڕووت»

ئیرین لەبەرامبەرم لە یەکێک لە چێشتخانەکانی (سوشی - خواردنێکی یابانییە) دانیشتووە و هەوڵ دەدات بۆم ڕوون بکاتەوە کە چۆن باوەڕی بە مردن نییە. سێ کاتژمێر تێپەڕی، ئیرین بڕێکی زۆر سوشیی خوارد و بەتەنها شووشەیەک (ساکی - خواردنەوەیەکی کحولییە)ی بەتەواوی خواردەوە (لە ڕاستیدا ئەو ئێستا لە نیوەی شووشەی دووهەمدایە)، کاتژمێر چواری پاشنیوەڕۆی ڕۆژی سێشەممەیە.

من (ئیرین)م بانگهێشت نەکردبوو بۆ ئەم چێشتخانەیە، بەڵکوو خۆی لە ڕێگەی ئینتەرنێتەوە شوێنەکەی زانی و هات لێرە منی دۆزییەوە.

ئەمە یەکەم جاری نییە، پێشتریش ئەو کارەی کردووە.

ئیرین بڕوای وایە دەتوانێت چارەسەری مردن بکات، بەڵام بڕواشی وایە کە پێویستی بە یارمەتیی من هەیە بۆ ئەوەی ئەو کارە بکات، بەڵام ئەو یارمەتییەی داوای دەکات؛ جۆرێک لە کارکردن نییە، ئەگەر هەندێک ئامۆژگاریی بویستایە لە بواری ئەوەی کە لەگەڵیدا بم، چونکە خودا ئەوەی ویستووە! ئەو دەڵێت لە نیوەی شەودا بە دەنگی فریشتەکان خەبەری بووەتەوە کە فەرمانیان پێ کردووە بەوەی «پەیوەندیی کۆمەڵایەتیمان» مژدەدەرە و دەگۆڕێت بۆ بە سەردەمێکی نوێ لە ئاشتیی هەمیشەیی لەسەر زەوی (بەڵێ، ئەو وای پێ وتم).

Scanned with CamScanner

تا ئەو کاتەی کە ئێمە بەیەکەوە لە چێشتخانەی سوشی دانیشتبووین، بە هەزاران نامەی لە ڕێگەی پۆستی ئەلیکترۆنییەوە بۆ من ناردبوو، جا وەڵامم دابێتەوە یان نا، وەلامەکەم بەتووڕەییەوە بووبێت یان بەئەدەبەوە؛ هیچ شتێک نەدەگۆڕدرا. بیروباوەڕی هەرگیز گۆڕانی بەسەردا نەدەهات، بۆچوونیشی نەدەگۆڕا، لەو کاتەدا حەوت ساڵ بەسەر سەرەتای ئەو بابەتەدا تێپەڕیبوو (ئەو هەر بەردەوام بوو).

ئێمە بەو جۆرە بووین، لە چێشتخانەیەکی بچووکی سوشیدا دانیشتبووین، ئیرین ساکیی دەخـواردەوە و چەندین کاتژمێر قسەی دەکرد لە بارەی ئەوەی چارەسەری بەردی گورچیلەی بۆ پشیلەکەی کردووە تەنها بەبەکارهێنانی وزە، لەو کاتەدا ئەمەی خوارەوە بە مێشکمدا هات:

ئیرین هیچ نەبوو جگە لە یەکێک لەو کەسانەی ئالوودەی «گەشەپێدانی خودی» بووە، دەیان هەزار دۆلاری خەرج کردبوو لە کتێب و وانە و کۆڕ و کۆبوونەوەکاندا. ئەوەی لە هەمویان شێتانەتر بوو، ئەوە بوو کە ئیرین هەموو ئەو شتانەی فێری دەبوو؛ دووبارەی دەکردەوە. خەونی خۆی هەبوو، هەمیشە جەختی لێ دەکردەوە، بابەتەکەی دەهێنایە پێش چاوی خۆی، پاشان بە کردار دەیکرد، ڕەتکردنەوە و شکستی دەخستە ئەولاوە و هەڵدەستایەوە و سەرلەنوێ دەستی پێ دەکردەوە. ئەو بێکۆتایی ئەرێنی بوو، هەروەها لە بارەی خۆیەوە بیرۆکەی نایابی هەبوو، مەبەستم ئەوەیە بانگەشەی ئەوەی دەکرد کە لە توانایدا هەیە پشیلە چاك بکاتەوە هەروەک چۆن مەسیح بەڵەکیی چاک کردووەتەوە!

لەگەڵ ئەوەشدا بەهاکانی بە جۆرێک خراپ بوون، تا ئەو ئاستەی هەموو ئەوانە بەلایەوە گرنگییان نەبوو. هەروەک ڕاستیی

ئەوەی هەموو شتێک بە شێوەی «ڕاست» ئەنجام دەدات، بەڵگەی ئەوە نەبوو کە ئەو لەسەر حەقە، ئەو خۆی بوو.

لە دەروونیدا دڵنیاییەک هەبوو کە ڕەتی دەکردەوە نەمێنێت، خۆی ئـەوەی لە ڕێی زۆر وشـەوە پێ وتـم: دەیزانـی کە ئەو «دامەزراوی»یە لەلای ئەو هەرگیز لۆژیکی و تەندروست نەبوون، هەروەک وای کردبوو بەختەوەر نەبێت، بەڵام لەبەر هۆکارێک وا هەستی دەکرد کە بەتەواوی لەسەر حەقە و دەستەوستانە لە ئاست وەستان و پشتگوێخستنیدا. لەناوەڕاستی دەیـەی نەوەدەکاندا، زانـای دەروونـی؛ ڕوی باومستر دەستی کرد بە لێکۆڵینەوە لە بارەی چەمکی شەڕ، لە بنەڕەتەوە گرنگیی بەو کەسانە دەدا کە شتی خراپیان ئەنجام داوە و ئەو هۆکارانەی وای کردووە ئەو شتانە بکەن.

لـەو کاتـەدا گریمانەی ئـەوە لـەئـارادا بـوو کە خەڵکی شتی خراپ دەکـەن، لەبەر ئـەوەی هەستیان بەرامبەر بە خۆیان زۆر خراپە... بە واتای ئەوەی برێکی یەکجار کەم لە نرخاندنی خودییان هەیە، بـەڵام لەنێو یەکەم دۆزینەوەکانی باومستردا دەرکـەوت ئەو گریمانەیە زۆربەی کات ڕاست نییە، بەڵکوو ڕوون بووەوە کە بەگشتی بابەتەکە پێچەوانەی ئەوەیە. هەندێک لە خراپترین تاوانبارەکان؛ تێڕوانینێکی زۆر باشیان بەرامبەر بە خۆیان هەبوو، ئەو هەستکردنە بە ئاسوودەیی بەرامبەر بە خۆیان، سـەرەڕای ڕاستییەکانی دەوروبەریان، وای کردووە ئەو هەستەیان هەبێت کە ڕێپێدراوە بۆیان ئازار بە خەڵکی بگەیەنن و بە چاوی سووک تەماشایان بکەن.

تەنانەت ئەو کەسە هەست دەکات کە ڕێپێدراوە بۆ ئەو کاری ئابڕووبەرانە بەرامبەر خەڵکانی تر بکات، پێویستە بڕوایەکی

دامەزراوی لا دروست ببێت بەوەی کە ئەو کەسێکی چاکەخوازە، بیروباوەڕەکانی ڕاستن، مافی خۆیەتی هەر چییەکی ویست؛ بیکات. ڕەگەزپەرستەکان کاری ڕەگەزپەرستی دەکەن، لەبەر ئەوەی دڵنیان لەوەی جینەکانی ئەوان باشترە. توندڕەوەکانیش خۆیان دەتەقێننەوە و هەزاران کەس دەکوژن، چونکە دڵنیان کە ئەوان شەهیدن و شوێنێکی پارێزراویان لە بەهەشت بۆ دابین کراوە. پیاوانێکیش هەنگاو دەنێن بۆ دەستدرێژیکردنە سەر ئافرەتان و ئەنجامدانی کاری نەشیاو بەرامبەریان، لە ڕوانگەی ئەو متمانەیەی هەیانە بەوەی جەستەی ئافرەتان مافێکی ئەوانە و نرخەکەشیان داوە.

خراپەکارەکان هەرگیز پێیان وا نییە کە خراپەکارن، بەڵکوو پێیان وایە هەر کەس دژایەتییان بکات؛ ئەوە خراپەکارە.

لە ڕێڕەوی ئەو زنجیرە تاقیکردنەوانەی بوونە جێی مشتومڕ و جیاوازی (ئێستا ئەو تاقیکردنەوانە بە تاقیکردنەوەکانی میلغرام ناسراون، وەک دانەپاڵێک بۆ زانای دەروونناسی ستانلی میلغرام)، توێژەرەوان بە کەسانی ئاسایيان وتووە کە پێویستە لەسەریان سزای کەسانێکی دیکەی خۆبەخش بدەن، لەبەر ئەوەی هەندێک سیستمیان پێشێل کردووە، ئەو کەسانەش هەستان بە سزادانی خۆبەخشەکان و هەندێک جار سزاکەیان زیاد کردووە بۆ گەیاندنی ئازاری جەستەیی پێیان، هیچ یەکێک لەو سزادەرانەش نەبوو کە سزادانەکە ڕەت بکاتەوە یان داوای ڕوونکردنەوە بکات لەو بارەیەوە، بەڵکوو بەپێچەوانەوە: زۆرێکیان چێژیان دەبینی لە سزادانەکە لە ئەنجامی ئەو متمانەیەی هەیبوو لە چاکسازیی ئەخلاقی، کە ئەو لە میانەی تاقیکردنەوەکەدا بەشداری دەکات.

کێشەکە لێرەدا تەنها نەبوونی دڵنیایی نەبوو، بەڵکوو لەوەدا بوو

Scanned with CamScanner

کە هەوڵدان بۆ ئەو دڵنیاییە؛ زۆر کات بڕێکی زۆرتر (خراپتر) لە دڵنیایی بەرهەم دەهێنێت.

کەسانێکی زۆر دڵنیاییەکیان هەیە کە کار ناکاتە سەر شلەژانی توانای کارکردنیان، یان لە بڕی ئەو کرێیەی پێویستە بەدەستی بهێنن، بەڵام ئەو دڵنیاییە وا ناکات هەستێکی باشتریان هەبێت سەبارەت بەو کارە، بەڵکوو خراپتری دەکات، سەیر دەکەن و دەبینن کەسانێک پلەیان بەرز دەکرێتەوە و ئەمان پلەیان بەرز ناکرێتەوە، بەمەش هەست بە ستەم دەکەن، بەم شێوەیەش هەست دەکەن نانرخێنرێن و دان بە بوونیاندا نانرێت.

بەڵکوو ڕەفتارێکی زۆر سادە وەک چاو خستنە سەر نامەکانی مۆبایلی هاوڕێکەت یان پرسیار لە هاوڕێیەکت بکەیت لە بارەی ئەوەی خەڵکی چی دەڵێن سەبارەت بە تۆ، ئەمە لەوەوە سەرچاوە دەگرێت کە هەست بە کەمیی دڵنیایی دەکەیت و ئارەزوویەکی ئازاربەخشت هەیە بۆ ئەوەی بگەیت بە دڵنیایی.

ڕەنگە سەیری نامەکانی مۆبایلی هاوڕێکەت بکەیت و هیچیش نەبینیت، بەڵام بەدەگمەن ئەمە کۆتایی ڕێ دەبێت، چونکە دەست دەکەیت بە پرسیارکردن کە ئایا مۆبایلێکی دیکەی هەیە. لەوانەیە هەست بکەیت پشتگوێت دەخەن و لە کارکردنتدا بەسەرتدا تێدەپەڕن بۆ ئەوەی بۆ خۆتی شی بکەیتەوە کە بۆچی پلەت بەرز ناکرێتەوە، بەڵام ئەمە وا دەکات زیاتر هەست بە بێمتمانەیی بکەیت بەرامبەر هاوڕێکانت و شیکردنەوەیەکی ناڕاست بۆ هەموو ئەوانە بکەیت کە پێت دەڵێن (هەر بەو شێوازە هەستەکانیشیان بەرامبەر بە خۆت شی دەکەیتەوە)، ئەمەش ئەگەری پلە بەرزکردنەوەکەت زۆر لەوەی پێشوو کەمتر دەکاتەوە. دەکرێت سوور بیت لەسەر ڕاکردن بەدوای ئەو کەسەی (لەوانەیە) لەگەڵی بێت، بەڵام هەموو

Scanned with CamScanner

ڕەتکردنەوەیەکی هەوڵەکانت و هەر شەوێک کە بەتەنها بەسەری دەبەیت؛ وا دەکەن بکەویتە پرسیارکردن لە بارەی ئەوەی کام لە کارەکانت هەڵەی تێدایە.

لەم کاتانەی دڵنیایی بوونی نییە، هەروەها لەو ساتانەی بێهیواییەکی قووڵ هەیە؛ مرۆڤ تووشی هەستێکی خراپی بەرکەوتەیی دەبێت: بڕوامان وایە دەتوانین کەمێک فێڵ بکەین تا ئەوەی دەمانەوێت؛ بەدەستی بهێنین، خەڵکیش شیاوی سزادانن، بەڵام ئێمە شیاوی ئەوەین هەر چییەکمان ویست؛ بەدەستی بهێنین، بەڵکوو هەندێک جار بە هێز بەدەستی بهێنین.

ئەمە دووبارە «یاسای گەڕانەوە»یە: هەتا هەوڵ بدەیت لە شتێکی دیاریکراودا دڵنیا بیت، زیاتر هەست بە نادڵنیایی و نائارامی دەکەیت.

بەڵام پێچەوانەکەشی هەر ڕاستە؛ هەتا نادڵنیاییت قبوڵ بێت و ئەوەت قبوڵ بێت کە نازانیت، زیاتر هەست بە ئاسوودەیی دەکەیت، چونکە تێگەیشتوویت لەوەی سنووری زانینی خۆت چەندە.

نادڵنیایی حوکمەکانمان بەرامبەر کەسانی تر بەتاڵ دەکاتەوە، دەکەوێتە پێش پۆلێنکردنە ناپێویستەکان و شێوەکانی لایەنداری و ئەو شێوازەی هەستی پێ دەکەین کاتێک کەسێک دەبینین لە شاشەی تەلەفزیۆنەوە، یان لە نووسینگەی کار، یان لەسەر شەقام، هەروەک نادڵنیایی ئاسوودەمان دەکات لە بارەی بڕیارەکانمانەوە بەرامبەر بە خۆمان، ئێمە نازانین ئایا کەسێکی خۆشەویستین یان خۆشەویست نین، ناشزانین کەسێکی سەرنجڕاکێشین یان سەرنجڕاکێش نین، هەروەها ئاستی ئەو سەرکەوتنە نازانین کە لەوانەیە بەدەستی بهێنین، تاکە ڕێگا بۆ بەدەستهێنانی ئەو شتانە ئەوەیە کە مرۆڤ بەردەوام نادڵنیا بێت لێی و بەردەوام کراوە بێت

بە ڕووی زانینی لە ڕێی تاقیکردنەوەوە.

نادڵنیایی ڕیشەی هەموو پێشکەوتن و گەشەکردنێکە، هەروەک پەندێکی پێشینان هەیە دەڵێت: «ئەو پیاوەی دڵنیایە لەوەی هەموو شتێک دەزانێت، ناتوانێت فێری هیچ ببێت.» ناتوانین فێری هیچ شتێک ببین، تاکوو سەرەتا نەزان نەبین بەرامبەری، هەتا زیاتر دان بنێین بەوەی کە نازانین؛ هەلی سەرکەوتنمان لە بەدەستهێنانی زانیاریدا زیاتر دەبێت.

بەهاکانمان ناتەواو و ناکامڵن، بەڵام ئەگەر ئێمە وای دابنێین کە تەواو و تێروتەسەلن؛ ئەوە واتە خۆمان دەخەینە چوارچێوەی جۆرە بیرکردنەوەیەکی دۆگمایانەی ترسناکەوە بە جۆرێک رادەکەین لە بەرپرسیارێتی و هەست بە شیاوی بۆ بەرکەوتەی زیاتر دەکەین، لێرەوە تاکە ڕێگا بۆ چارەسەرکردنی کێشەکانمان؛ سەرەتا بریتییە لە دانپێدانان بەوەی کردەوە و بیروباوەڕەکانمان تا ئەم ساتەش هەڵەن، هیچ سوودێکیشیان نییە.

پێویستە ئەم کرانەوەیە هەبێت کە مرۆڤ لە هەڵەدایە، بۆ ئەوەی گۆڕانکاری و گەشەکردنی ڕاستەقینە بێتە ئاراوە.

بەر لەوەی بتوانین چاوێک بخشێنین بە بەها و کارە لەپێشینەکانمان و گۆڕانکاریکردن تیایاندا بۆ ئەوەی ببینە کەسانێکی باشتر و تەندروستتر، پێویستە لەسەرمان سەرەتا دڵنیا نەبین لە بەهاکانی ئێستامان، پێویستە لە مێشکماندا ڕووتیان بکەینەوە و جێگای هەڵە و لایەنداری و کەتنەکانیان ببینین و بزانین کە چۆن نەگونجاون لەگەڵ بەشە گەورەکەی جیهان، پێویستە لەسەرمان سەیری نەزانیی خۆمان بکەین، چاو ببرینە ڕووخساری، دان بە بوونیدا بنێین، ئەمەش لەبەر ئەوەی نەزانینەکانمان لە هەموومان گەورەترن.

Scanned with CamScanner

یاسای مانسۆن بۆ خۆدزینەوە

لەوانەیە شتێکت بیستبێت بە ناوی یاسای بارکنسون، ئەو یاسایە دەڵێت: «کار فراوان دەبێت، تا ئەو کاتە پڕ دەکاتەوە کە بۆ تەواوکردنی دانراوە».

پێم وا بێت یاسای (مۆرفی)شت بیستووە: «کاتێ ئەگەری ڕوودانی هەڵەیەک هەبێت، ئەوا ڕوو دەدات».

کێشە نییە... کاتێک لە ئاهەنگێکی کۆکتێلی شکۆمەندا دەبیت و دەتەوێت ڕووداوێکی باش لەلای کەسێک ڕوو بدات، ئەوا پێویستە یاسای مانسۆن بۆ خۆدزینەوە بەسەر ئەو کەسەدا جێبەجێ بکەیت.

ئەمە یاسای (مانسۆن)ە: هەر کات مەترسیی شتێک لەسەر شووناست زیادی کرد، هەوڵدانت بۆ خۆدزینەوە لێی؛ زیاتر دەبێت.

ئەمە واتە هەر کات هەڕەشە بۆ شتێک زیادی کرد بەوەی تێڕوانینت بۆ خۆت بگۆڕێت (تۆ چەند سەرکەوتوویت یان سەرکەوتوو نییت بە بڕوای خۆت، چەند خۆت بە پابەند دەبینیت بە بەهایەکەوە)، زیاتر خۆت لە ئەنجامدانی ئەو شتە دەدزیتەوە.

بەدڵنیایی بڕێک لە ئاسوودەیی بوونی هەیە لەگەڵ زانینی ئاستی هەماهەنگیت لەگەڵ جیهان، بەڵام هەر شتێک ببێتە هۆی تێکدانی ئەو ئاسوودەییە؛ ئەوا مەترسیدارە (تەنانەت ئەگەر پێشبینییش بکەیت کە ژیانت بەرەو باشتر دەبات).

یاسای مانسۆن بەسەر شتە باشەکان و شتە خراپەکانی ژیاندا دەچەسپێت، کەواتە ڕێی تێدەچێت دەستکەوتی یەک ملیۆن دۆلار بۆ تۆ جێگای مەترسی بێت لەسەر شووناست بە ئەندازەی

Scanned with CamScanner

ئەوەی لەدەستدانی هەموو پارەکەت هەیەتی. هەروەها بۆی هەیە سەرکەوتنت بۆ بوون بە ئەستێرەیەکی مۆسیقا، مەترسی بۆ سەر شووناست دروست بکات رێک بە ئەندازەی ئەوەی لەدەستدانی کارەکەت مەترسییە بۆی. ئەمەیە زۆربەی کات وا دەکات خەڵک لە سەرکەوتن بترسن، خەڵکی لە سەرکەوتن دەترسن لەبەر هەمان ئەو هۆکارەی کە لە شکست دەترسن: ئەوە مەترسییەکە کە باوەڕیان لە بارەی خۆیانەوە پێیەتی.

تۆ خۆت دەدزیتەوە لە نووسینی ئەو شانۆییەی کە خەونی خۆت بووە، چونکە هەنگاونانت بۆ ئەو بابەتە؛ لەوانەیە شووناست بخاتە ژێر پرسیارەوە لەبەر ئەوەی کەسێک پێت دەڵێت وەرتگرتووە. تۆی ئافرەتیش خۆت لە قسەکردن لەگەڵ هاوسەرەکەت دەدزیتەوە لە بارەی پێویستبوون بە برێک چاونەترسیی زیاتر کاتێ هەردووکتان لە ژووری نووستندان، لەبەر ئەوەی رەنگە قسەکردن گومان لەسەر شووناست دروست بکات وەک ئافرەتێکی چاکی رەوشت جوان. تۆ خۆت دەدزیتەوە لەوەی بە هاورێکەت بڵێیت کە لە ئێستا بەدواوە ناتەوێت ببینیت، چونکە کۆتاییهێنان بە هاورێیەتیت؛ کارێکی پێچەوانەیە لەگەڵ شووناست وەک کەسێکی نەرمونیانی لێبووردە.

هەموو ئەوانە هەلی باش و گرنگن کە بەردەوام ڕەتیان دەکەینەوە؛ لەبەر ئەوەی هەڕەشەن بۆ سەر گۆڕانی تێڕوانین و هەستەکانمان لەبەرامبەر خۆمان، هەڕەشەیە بۆ سەر ئەوە بەهایانەی هەڵمانبژاردوون و فێر بووین کە ژیانمان بەپێی ئەوان بەڕێ بکەین.

هاورێیەکم هەیە کە ماوەیەکی زۆرە باس لەوە دەکات بەنیازە کارە هونەرییەکانی لە ئینتەرنێت بڵاو بکاتەوە، بۆ ئەوەی لەو

Scanned with CamScanner

ڕێگایەوە دەست پێ بکات وەک هونەرمەندێکی پیشەگەر لەو بوارەدا (یان بە پیشەگەر بیناسێنین لانی کەم). سالانێکی بەو قسانەوە تێپەڕ کرد، هەندێک پارەی کۆ کردەوە، بگرە ژمارەیەک پێگەی لەسەر ئینتەرنێت کردەوە و کارەکانی خۆی تێدا دانا.

بەڵام ئەو پێگانەی نەخستە کار، بەردەوام هۆکارێکی بەدەستەوە بوو: ڕوونیی وێنەکە بەپێی پێویست نییە، یان پێویستە هەندێک چاکسازی لە تابلۆیەکیدا بکات، یان دواتر ناتوانێت کاتی پێویست بۆ ئەو کارە تەرخان بکات.

چەند ساڵێک تێپەڕین، هاوڕێکەم هەرگیز وازی لە «کارە ڕاستەقینەکەی» نەهێنا، بۆچی؟ لەبەر ئەوەی سەرەڕای ئەو خەونەی کە ژیانی خۆی لە ڕێگای هونەرەکەیەوە مسۆگەر بکات، بەڵام ترسی هەبوو لەوەی نەبێتە هونەرمەندێکی جێی سەرنجی کەس، پێی وا بوو ئەمە گەورەتر و مەترسیدارترە لەوەی هونەرمەندێک بێت کەس ناوی نەبیستێت، لانی کەم بەوەی هونەرمەندێکی نەناسراو بوو ئاسوودە بوو، لەسەر ئەوەش ڕاهاتبوو.

هاوڕێیەکی دیکەم هەیە زۆر ئارەزووی بە ئاهەنگە، هەمیشە دەچووە دەرەوە و دەیخواردەوە و دەکەوتە شوێن ئافرەتان. دوای چەند ساڵێک لەو جۆرە ژیانەی، تا ئاستێکی ترسناک خۆی بەتەنیایی بینییەوە، تووشی خەمۆکی و خراپبوونی باری تەندروستی بوو، ویستی واز لەو جۆرە ژیانەی لەگەڵ ئاهەنگەکان بهێنێت، بە غیرەیەکی توندەوە باسی لەو هاوڕێیانەی دەکرد کە پەیوەندیی ڕاستەقینەیان هەبوو و ئەوانەی سەقامگیرییان لەو زیاتر بوو، بەڵام هەرگیز گۆڕانی بەسەر نەهات. چەندین ساڵ بەو شێوەیە بەردەوام بوو: شەوێکی بەتاڵ لەدوای شەوێکی بەتاڵ، بیانووەکەشی بەردەوام هەمان بیانوو بوو، هەمیشە بیانوویەکی

بەدەستەوە بوو کە وا بکات توانای گۆڕانکاریی نەبێت.

وازهێنان لەو جۆرە ژیانە؛ هەتا ئاستێکی یەکجار زۆر هەڕەشە بوو بۆ سەر شووناسی، نەیدەزانی ببێت بە هیچ جگە لە «گەنجی ئاهەنگەکان». دوورکەوتنەوە لەوە، بۆ ئەو وەکوو هەوڵدان بۆ خۆکوشتن وا بوو.

بۆ هەریەک لە ئێمە، ئێمە هەمووومان، بەهایەکی تایبەت هەیە، ئێمەش ئەو بەهایانە دەپارێزین و پارێزگارییان لێ دەکەین و هەوڵ دەدەین وەفامان بۆی هەبێت، هەروەک بەهانەی بۆ دەدۆزینەوە و کار دەکەین بۆ بەردەوامبوونی. مێشکە نامۆکەمان بەو شێوەیە کار دەکات، تەنانەت ئەگەر داواشی لێ نەکەین ئەو کارە بکات. هەروەک پێشتریش ئاماژەمان پێ دا، ئێمە لایەنداری و تاوانکاریی بێویژدانانەمان هەیە لە بەرژەوەندیی ئەوەی پێشتر زانیومانە و بەوەی دڵنیاین کە ڕاست و دڵنیاکراوەیە. ئەگەر من خۆم بە کەسێکی نەرمونیان بزانم، ئەوا خۆم لەو حاڵەتانە دەپارێزم کە پێچەوانەی ئەو بڕوایەمن. ئەگەر خۆم بە چێشتلێنەرێکی مەزن بزانم، ئەوا بەدوای ئەو هەلانەدا دەگەڕێم کە ڕێگای سەلماندنی ئەو بڕوایەم پێ دەدەن جار لەدوای جار (تەنها بۆ خۆم). بڕوا هەمیشە بەسەر هەموو شتێکی دیکەدا پێش دەکەوێت، بۆ گۆڕینی ڕێگای بینینمان بۆ خۆمان و ئەوەی بڕوامان وایە لەلامان هەیە و ئەوەش کە بڕوامان وایە لەلامان نییە، بەڵام هێشتا دەستەوسانین لە زاڵبوون بەسەر ئەو دڵەڕاوکێیە و حەزی خۆدزینەوە، واتە ئێمە بەردەوام دەستەوسان دەبین لە ئاست گۆڕانکاری.

بەم ڕێگایەش دەکرێت دەستەواژەی «خۆت بناسە» یان «بەدوای خۆتدا بگەڕێ« مەترسیدار بێت، ئەمەش لەبەر ئەوەیە کە لەوانەیە وا بکات لەدەوری بازنەیەکی دیاریکراودا تووشی

Scanned with CamScanner

چەقبەستن ببێت، لەوانەیە شانت قورس ببێت بە ئومێد و پێشبینیی وا کە پێویست نین، دەکرێت تۆ بکاتە کەسێکی داخراو لەبەردەم توانا ناوخۆییەکانت و ئەو هەلانەی لە دەرەوە بوونیان هەیە بۆت.

پێت دەڵێم: بەدوای خۆتدا مەگەڕێ، ناشیدۆزیتەوە! هەروەها پێت دەڵێم: هەرگیز نازانیت تۆ کێیت! ئەمە دەڵێم، چونکە ئەمە ئەو شتانەیە کە ڕێگای دۆزینەوەت لێ دەگرێت. هەروەها ئەوە دەڵێم، چونکە سوورت دەکات لەسەر مانەوە بە خۆبەکەمزانی لە بڕیارەکانتدا لەسەر خەڵکی بە قبوڵکردنی جیاوازییەکانیان لەگەڵ تۆ.

خۆت بکوژە!

بووزایی دەڵێت بیرکردنەوەت لە بارەی ئەوەی «تۆ» کێیت، هیچ نییە جگە لە دارشتنێکی عەقڵیی بێبەڵگە و خۆسەرانە، هەروەها پێویستە واز لەوە بهێنیت کە تۆ هەر لە بنەڕەتەوە هەیت، لەبەر ئەوەی پێوەرە هەڕەمەکییە خۆسەرانەکان کە خۆتیان پێ دەناسیت؛ وات لێ دەکەن وەک ئەوەی لەناو چاڵێکدا گیرت خواردبێت، واتە باشترە بۆ تۆ کە واز لە هەموو ئەوانە بهێنیت، دەتوانین بڵێین بووزایی هانت دەدات بۆ «زیادەڕۆیینەکردن لە گرنگیپێدان».

لەوانەیە ئەمە لە لۆژیکدا شتێکی ناتەواو بێت، بەڵام ژمارەیەک سوودی دەروونی هەیە کە لە پەیڕەوکردنی ئەم شێوازەوە لە ژیاندا سەرچاوەیان گرتووە. کاتێک واز لەو چیرۆکانە دەهێنین کە لە بارەی خۆمانەوە دەیگێڕینەوە (واتە کاتێک لەبەردەم خەڵکیدا وازیان لێ دێنین)، بەوە خۆمان ئازاد دەکەین بۆ ئەوەی توانای کارکردنمان هەبێت (هەروەها شکستهێنانیش)، هەروەها توانای

گەشەسەندن و پێشکەوتنمان هەبێت.

کاتێک ئافرەتێک دانپێدانان بۆ خۆی دەکات و دەڵێت: «لە ڕاستیدا لەوانەیە من سەرکەوتوو نەبم لە دروستکردنی پەیوەندی لەگەڵ ڕەگەزی بەرامبەر»، بەوە ئەو ئافرەتە ئازاد دەبێت لە کارکردندا و کۆتاییەک بۆ هاوسەرگیرییە شکستخواردووەکەی دادەنێت، لەم حاڵەتەدا شووناسێکی نییە کە پەیوەست بێت بە پارێزگاریلێکردنیەوە لە ڕێی سووربوون لەسەر مانەوە لە هاوسەرگیرییەکی شکستخواردوودا، تەنها لەبەر ئەوەی شتێک بۆ خۆی بسەلمێنێت.

کاتێکیش قوتابییەک دانپێدانان بۆ خۆی دەکات و دەڵێت: «لە ڕاستیدا من کەسێک نیم کە جێگای متمانە بم، لەوانەیە هەموو کێشەکان لەوەدا بن کە من کەسێکی سەرلێشێواوم»، بەوە خۆی ئازاد دەکات بۆ ئەوەی دووبارە بەهیواوە دەست پێ بکاتەوە، هیچ هۆکارێکی نەبێت بۆ ترسان لە درێژەدان بە خەونەکانی لە بواری خوێندن، تەنانەت لە ئەگەری شکستهێنانیش تیایدا.

کاتێک یەکێک لە بریکارەکانی دڵنیایی دانپێدانان بۆ خۆی دەکات و دەڵێت: «ڕاستییەکەی ئەوەیە کە هیچ کەسێکی تایبەت یان دەگمەنی خەونەکانم، پەیوەست بە کارەکەمەوە بوونی نییە»، بەمە خۆی ئازاد دەکات و دەتوانێت واز لەو چیرۆکە بهێنێت و لە ژیانیدا ڕاستگۆیانە هەنگاو بنێت و ئەوەی دواتر ڕوو دەدات؛ ببینێت.

لێرەدا هەواڵی باش و هەواڵی خراپم هەیە بۆتان: هیچ شتێکی تایبەت و دەگمەن لە کێشەکانتاندا بوونی نییە، ئەمەش بیرۆکەی «وازهێنان» بەتەواوی ئازادتان دەکات.

جۆرێک لە «ڕۆچوون لە خود»دا هەیە کە هاوشان لەگەڵ ترسێکی پاڵدراوە بە دڵنیایی ناڵۆژیکی دێت. کاتێک گریمانەی ئەوە

دادەنێیت کە ئەو فڕۆکەیەی گەشتی پێ دەکەیت؛ دەکەوێتە خوارەوە و تێک دەشکێت، یان کاتێ دانی پێدا دەنێیت کە بیرۆکەی پرۆژەکەت؛ بیرۆکەیەکی بێعەقڵانەیە و خەڵکی بەو هۆیەوە پێت پێدەکەنن، یان کاتێک گریمانە دەکەیت کە ئەو کەسەی هەڵدەبژێردرێت تا هەمووان گاڵتەی پێ بکەن یان پشتگوێی بخەن تۆیت؛ ئەوا بە شێوەیەکی پەنهان بە خۆت دەڵێیت: «من حاڵەتێکی هەڵاوێردەم. من وەکوو خەڵکانی دیکە نیم. من حاڵەتێکی تایبەتی جیاوازم».

ئەمە لەخۆڕازیبوونە، نە کەمتر و نە زیاتر، تۆ وا هەست دەکەیت کە کێشەکانت شیاوی جۆرە مامەڵەکردنێکی جیاوازن، وەک ئەوەی لەناو کێشەکانی تۆدا جۆرێکی تایبەتی دەگمەن لە فیزیا یان بیرکاری بوونیان هەبێت کە بەدەرن لە یاساکانی ئەو گەردوونەی تیایدا دەژین.

ئامۆژگاریی من ئەمەیە: تایبەت مەبە، دەگمەنیش مەبە! پێوەرەکانت بە ڕێگایەکی گشتی دابڕێژەرەوە کە سەر بەم جیهانە بێت. هەوڵ بدە خۆت بە جۆرێک پێوانە نەکەیت کە تۆ ئەستێرەیەکی دابەزیویت یان بلیمەتێکیت تا ئێستا کەس نەیتوانیوە ئاشکرات بکات. هەروەها خۆت وا پێوانە مەکە وەک ئەوەی کەسێکی شکستخواردووی بەدبەخت بێت یان قوربانییەکی داماو بێت. لەبریی هەموو ئەوانە، پێویستە لەسەرت بەپێی شووناسێکی نزیکتر لەم جیهانە واقعییەوە خۆت پێوانە بکەیت: تۆ قوتابییت، تۆ هاوبەشی ژیانێت، تۆ هاوڕێیت، تۆ داهێنەریت لە بوارێکدا.

هەتا ئەو شووناسەی بۆ خۆتی هەڵدەبژێریت؛ تەسکتر و دەگمەنتر بێت، دەبینیت هەموو شتەکان زیاتر هەڕەشەن بۆ سەر ئەو شووناسەت، لەبەر ئەو هۆیەش من پێت دەڵێم کە پێویستە بە سادەترین و ئاساییترین ڕێگا پێناسەی خۆت بکەیت، بگرە بە

سادەترین ڕێگا کە بۆت بکرێت.

ئەمەش زۆر جار مانای ئەوەیە واز بهێنیت لە هەندێک بیرکردنەوەی «مەزنی» لە بارەی خۆتەوە: تۆ کەسێکی زیرەکیت تا ئاستی تاقانەیی، یان بە شێوەیەکی نایاب بەهرەمەندیت، یان تا ئاستێکی ترسناک سەرنجڕاکێشیت، یان بە جۆرێک قوربانییت کە خەڵکی ناتوانن هەرگیز بیری لێ بکەنەوە، ئەمە واتای ئەوەی واز بهێنیت لە هەستکردنی زیادەی بەرکەوتەییت کە هیچ بیانوویەک هەڵناگرێت و لەو بڕوایەت کە هەموو جیهان بە شتێک قەرزاری تۆن، هەروەها ئەمە واتە دەست لە دەرچە خێرا و ئاسانەکان هەڵگریت کە ساڵانێکی دوورودرێژە لەسەریان ڕاهاتوویت بۆ ئەوەی بتوانیت بەردەوام بیت، ئەم حاڵەتە هاوشێوەی ئالوودەبوویەکی ماددە هۆشبەرەکانە کە وازی لێ دەهێنیت، لەبەر ئەوەی دواتر تووشی «نیشانەکانی کشانەوە» دەبیت کاتێ دەست دەکەیت بە وازهێنان لەم شتانە، بەڵام لەوسەرەوە تۆ دەبیتە کەسێکی زۆر باشتر لەوەی پێشوو.

چۆن دەتوانیت لە جاران کەمتر لە خۆت دڵنیا بیت

خستنە ژێر پرسیاری خۆمان و گومانکردن لە بیرکردنەوە و بڕواکانمان؛ لێهاتووییەکە لە هەموو لێهاتووییەکانی دیکە گەشەکردووترە، بەڵام کارێکی کردەنییە. ئەمە چەند پرسیارێکن کە یارمەتیت دەدەن لە بەرهەمهێنانی نادڵنیایی بەرامبەر بە خۆت لە ژیانتدا:

پرسیاری یەکەم: دەڵێیت چی، ئەگەر هەڵە بێت؟

ماوەیەکی کەم لەمەوبەر یەکێک لە هاوڕێ کچەکانم مارە کرا،

Scanned with CamScanner

لە ئێستادا لە سەروبەندی هاوسەرگیریدایە. ئەو کەسەی هاتووەتە پێش بۆ مارەکردنیشی؛ لە ڕاستیدا پیاوێکی باشە، ئەو ناخواتەوە و لێی نادات و مامەڵەی خراپی لەگەڵ ناکات، کەسێکی خۆشەویستە و کارێکی باشیشی هەیە.

بەڵام هاوڕێکەم لە کاتی مارەکردنەکەیەوە ڕووبەڕووی ئاستەنگ بووەتەوە لەلایەن براکەیەوە کە بەبێ وەستان پێی دەڵێت هەڵبژاردنەکانی لە ژیاندا پێگەیشتوو نین، ئەو ئاگاداری دەکاتەوە لەوەی خوشکەکەی خەریکە زیان بە خۆی دەگەیەنێت لە ڕێگای پەیوەندییەستنی لەگەڵ ئەو کەسەدا، پێی دەڵێت کە هەڵەیەکی گەورە دەکات و بە ڕێگایەکی نابەرپرسیارانە هەڵسوکەوت دەکات. هەر کات ئەو کچە پرسیار لە براکەی دەکات: «کێشەی تۆ چییە؟ بۆچی ئەم کارە تا ئەو ئاستە هەراسانی کردوویت؟» دەبینێت بە جۆرێک ڕەفتار دەکات کە هیچ کێشەیەکی نییە و هیچ شتێکی ئەو هاوسەرگیرییە بێزاری ناکات، وەک ئەوەی تەنها دەیەوێت سوودێکی هەبێت و گرنگیپێدانێک بەرامبەر داهاتووی خوشکە بچووکەکەی نیشان بدات.

بەڵام ئاشکرایە شتێک بێزاری کردووە، لەوانەیە بابەتەکە لەوەوە سەرچاوەی گرتبێت کە هەست بە کەمیی ئارامی بکات لە بارەی ئەو هاوسەرگیرییەوە، یان لەوانەیە بابەتەکە جۆرێک لە کێبڕکێ بێت لەنێوان خوشک و براکاندا، یان لەوانەیە غیرە بێت، یان لەوانەیە ڕۆچوون بێت لە هەستە تایبەتییەکەیدا بەوەی بووەتە قوربانی تا ئاستێک کە نازانێت چۆن دڵخۆشیی خۆی دەربڕێت بۆ دەوروبەری، بەبێ ئەوەی سەرەتا تووشی هەستکردن بە بەدبەختییان بکات.

وەک بنەمایەکی گشتی، ئێمە خراپترینین لە بارەی تێبینیکردنی

خۆمانەوە. کاتێک تووڕە دەبین یان غیرە دەکەین یان بێزارین، دوایین کەسین کە تێبینیی ئەوە دەکەین. تاکە ڕێگا بۆ ئەوەی تێبینیی ئەوە بکەین کە ڕوو دەدات؛ ئەوەیە کار بکەین بۆ دروستکردنی هەندێک درز و کەلێن لەو قەڵغانەی بەدەوری خۆماندا دروستمان کردووە، قەڵغانی متمانە و دڵنیایی لە هەموو شتێکدا، ئەمە دێتە ئاراوە لە ڕێی پرسیارکردنی بەردەواممان لە بارەی ئەو شوێنانەی کە لەوانەیە تیایدا لە هەڵەدا بین بەرامبەر خۆمان.

«ئایا هەست بە غیرە دەکەم؟ ئەگەر هەست بە غیرە دەکەم، کەواتە بۆچی؟»، «ئایا من تووڕەم؟»، «ئایا ئەو لەسەر حەقە؟»، «ئایا من تەنها گرنگی بە پاراستنی خۆم دەدەم؟»

پێویستە ئەم پرسیارانە ببنە ڕەفتارێکی دەقگرتووی زیهنی لەلامان، لە زۆر حاڵەتدا تەنها خستنەڕووی ئەم پرسیارانە بۆ خۆمان بەسە بۆ بەرهەمهێنانی بڕێک خۆبەکەمگری و هاوسۆزیی پێویست بۆ چارەسەرکردنی بەشێکی زۆری کێشەکانمان.

بەڵام گرنگ ئەوەیە تێبینیی پرسیارکردن لە خۆت بکەیت، ئەگەر بیرکردنەوەی هەڵەت هەیە و بە ئاستی پێویست بەڵگەت نییە کە بیرکردنەوەی هەڵەت هەیە. ئەگەر پیاوێک لە ژنەکەی بدات لەبەر ئەوەی چێشتەکەی سووتاندووە، ژنەکەش پرسیار لە خۆی دەکات ئەگەر هەڵەیە لە بڕواکانیدا ئەوا خراپە دەکات بەرامبەری... بۆچوونتان چۆنە؟ بەڵێ، دەکرێت هەندێک جار بڕوای مرۆڤ بەتەواوی ڕاست بێت و هەڵە نەبێت! مەبەست ئەوەیە تۆ پرسیارەکە لە خۆت بکەیت و لەو ساتەدا لە بیرۆکەکە ورد ببیتەوە، نەک ڕقت لە خۆت ببێتەوە.

پێویستە ئەوە بەبیر بهێنینەوە کە ڕوودانی هەر شتێکی نوێ لە ژیاندا، دەخوازێت بگەڕێیت بەدوای ئەوەی کە لە شتێکدا هەڵە

بوویت. ئەگەر لەوێ دانیشتبوویت، بە بێهیوایی و بەدبەختی ڕۆژ لەدوای ڕۆژ، ئەوە واتای ئەوەیە بەڕاستی تۆ هەڵە بوویت لە شتێکی گەورە لە ژیانتدا، هیچ شتێکیش گۆڕانی بەسەردا نایەت تاکوو نەتوانیت ئەو پرسیارانە لە خۆت بکەیت و بگەیتە ئەو خاڵەی هەڵەکەت تێدا کردووە.

پرسیاری دووهەم: ئەگەر تۆ هەڵە بیت، ئەمە واتای چییە؟

زۆر کەس دەتوانن لە خۆیان بپرسن کە ئایا هەڵەن، بەلام کەمێکیان دەتوانن هەنگاوێکی زیاتر بەرەو پێشەوە بنێن و دان بنێن بەوەی کەسێک هەڵە بێت؛ واتای چییە، ئەمەش لەبەر ئەوەی واتای گریمانەیی شاراوەی هەڵەبوونمان زۆربەی کات بەئازارە، چونکە نەک تەنها بەهاکانمان دەخاتە ژێر پرسیارەوە، بەڵکوو ناچاریشمان دەکات بیر بکەینەوە لە بەها جیاواز و دژەکان کە لەوانەیە لە کۆتاییدا بگەینە ئەوەی کە بە ڕاستیان بزانین.

ئەرستۆ دەڵێت: «لە باشییەکانی عەقڵی ڕۆشنبیر ئەوەیە دەتوانێت لە بیرۆکەیەک لە بیرۆکەکان ورد بێتەوە، بەبێ ئەوەی وەریبگرێت»، واتا توانای ئەوەی هەیە بڕوانێتە بەها جیاوازەکان و پێوانەیان بکات بەبێ ئەوەی خۆی بە ناچار ببینێت کە هەریەک لەوانە لەخۆ بگرێت، لەوانەیە ئەمە لێهاتوویی ناوەندی بێت کە پێویستە بۆ ئەوەی مرۆڤ ژیانی خۆی بە جۆرێک بگۆڕێت کە هەڵگری مانایەک بێت.

دەگەڕێینەوە بۆ چیرۆکی برای هاوڕێکەم، ئەو پرسیارەی پێویستە لە خۆی بکات ئەوەیە: «هەڵەبوونم لە هەڵویستەکەم بەرامبەر هاوسەرگیریی خوشکەکەم، چی دەگەیەنێت؟» زۆر جار وەڵامدانەوەی ئەم پرسیارە تەواو ڕاشکاو و ڕاستەوخۆیە (شتێک دەبێت وەکوو «من کەسێکم خۆپەرست/نێرجسی/کەم هەست بە ئارامی دەکەم»). کاتێک ڕوون بوویەوە کە ئەو هەڵەیە، هاوسەرگیریی خوشکەکەشی هەنگاوێکی باش و تەندروست و دڵخۆشکەرە؛ ئەوا هیچ شتێکی دەست ناکەوێت ڕەفتاری خۆی پێ شی بکاتەوە جگە لە هەستکردنی بە نەمانی ئارامی و بەها خراپەکەی. وا دادەنرێت کە ئەم کەسە دەزانێت چی باشە بۆ خوشکەکەی، ئەو توانای ئەوەی نییە بڕیارە گەورەکان بۆ ژیانی خۆی بدات. هەروەها وا دادەنرێت کە ئەم مافی خۆیەتی و بەرپرسیارە لەوەی بڕیار بدات لەبریی خوشکەکەی، چونکە دڵنیایە لەوەی کە خۆی ڕاستە و هەر کەس پێچەوانەی ئەو بێت دەبێت هەڵە بێت.

بەڵام قورسە ئەم ئەنجامانە قبوڵ بکرێن لە کاتی دۆزینەوەیاندا، لای برای هاوڕێکەم یان ئێمە هەمووومان بە شێوەیەکی گشتی وەکوو یەک وایە. ئەوە کارێکی بەئازارە، لەبەر ئەوە دەبینین ئەو کەسانەی ئەم جۆرە پرسیارانە لە خۆیان دەکەن؛ ژمارەیان زۆر کەمە، بەڵام ئەم پرسیارە ئاشکراکەرانە پێویستن بۆ ئەوەی بگەینە کرۆکی ئەو کێشە جەوهەرییانەی ڕەفتارە بێزارکەر و خراپەکانمان بەرهەم دێنن.

پرسیاری سێیەم: ئایا هەڵەبوونی من، کێشەیەکی کەمێک باشتر بۆ خۆم و کەسانی تر دروست دەکات یان کێشەیەکی خراپتر؟

ئەمە ئەو تاقیکردنەوە ئاشکراکەرەیە کە وا دەکات بزانین ئایا ئێمە بەهای ڕەق و سەقامگیرمان هەیە، یان ئێمە شەقاوەیەکی

شکستخواردووین و هەمووانمان نارەحەت کردووە، لە ناویشیاندا خۆمان.

مەبەستەکە لێرەدا ئەوەیە بڕوانین بۆ کێشە باشترەکەیان، ئەمەش لەبەر ئەوەی کێشەکانی ژیان دواییان نایەت، هەروەک ئەو ورچی پاندایەی ناسیمان؛ وای دەوت.

کەواتە هەڵبژاردنەکانی برای هاوڕێکەم چین؟

١. درێـژەدان بە حاڵەتی بەریەککەوتن و دڵـەڕاوکێ لەناو خێزانەکەدا کە ببێتە هۆی ئاڵۆزبوونی ئـەوەی دەبـوو ساتێکی دڵخۆشکەر بێت، هەروەها ببێتە هۆی زیانگەیاندن بە ڕێز و متمانە لەنێوان خۆی و خوشکەکەی، هەموو ئەوانە لەبەر ئەوەیە کە پێشبینییەکی هەیە (هەندێک کەس بەم هەستکردنە دەڵێن (پێشبینی))، پێی دەڵێت ئەو کەسە بۆ ئەم باش نییە.

٢. گومانکردن لە توانای خۆی لە دیاریکردنی ئـەوەی چی ڕاستە و چی هەڵەیە لە بارەی ژیانی خوشکەکەیەوە و جێگیربوون لەسەر ئەوەی کەسێکی خۆبەکەمگر بێت و متمانەی بە تواناکانی خوشکەکەی هەبێت لەوەی خۆی بڕیار بۆ خۆی بدات، تەنانەت ئەگەر لەوەش دڵنیا نەبوو؛ دەکرێت لە چوارچێوەی خۆشەویستی و ڕێزی بۆ خوشکەکەیەوە لەگەڵ ئەنجامەکاندا هەڵبکات.

زۆرینەی خەڵکی هەڵبژاردنی یەکەمیان پێ باشترە، ئەمەش لەبەر ئەوەی هەڵبژاردنی یەکەم ڕێگایەکی ئاسانترە، پێویستی بە بیرکردنەوەی زۆر و دووبـارە چاوپێداخشاندنەوە نابێت، هیچی ناوێت جگە لە ڕەتکردنەوەی ئەو بڕیارانەی خەڵکانی تر لە ژیانیاندا دەیدەن.

هەروەک هەڵبژاردنێکە کە ئەوپەڕی بەدبەختی بەرهەم دێنێت

بۆ هەر کەسێک کە پەیوەستە بە بابەتەکەوە.

بەلام هەڵبژاردنی دووهەم، پارێزگاری لە پەیوەندیی تەندروستی دڵخۆشکەری پشتبەستوو بە متمانە و ڕێز دەکات. ئەو هەڵبژاردنەیە کە خەڵکی هان دەدات لەسەر خۆبەکەمگری و دانان بە نەزانینیاندا بمێننەوە. ئەمە ئەو هەڵبژاردنەیە ڕێگا دەدات خەڵکی هەرچی لە توانایاندا هەیە، گەشە بکەن و پێش بکەون لە تێپەڕاندنی هەستکردنی کەمیان بە ئارامیدا، هەروەک ڕێیان پێ دەدات بە جیاکردنەوەی ئەو حاڵەتانەی تیایدا هەڵچوون یان خۆپەرستن یان بێویژدانن.

بەلام هەڵبژاردنی دووهەم؛ هەڵبژاردنێکی قورس و بەئازارە، لەبەر ئەوە زۆرینەی خەڵکی هەڵینابژێرن.

Scanned with CamScanner

بەندی حەوتەم
شکست رێگای پێشکەوتنە

کاتێک وتم: «من بەختم هەبوو!» دەمزانی دەڵێم چی! بەراستی من دەمزانی!

خوێندنی زانکۆم لە ساڵی ٢٠٠٧ تەواو کرد، رێک لەو کاتەدا کە دارووخانی دارایی و قەیرانی گەورە دەستی پێ کرد، پاشان هەوڵم دا بچمە بازاڕی کارەوە کە لەو کاتەدا لەوپەڕی خراپیدا بوو لە ماوەی زیاتر لە هەشتا ساڵی ڕابردوودا.

نزیکەی هەمان کات بۆم دەرکەوت کە کرێچیی ژوورێکی ئەو شوقەیەی بەکریمان گرتبوو، ماوەی سێ مانگە کرێی نەداوە. ئەو کەسە کچێک بوو، کاتێکیش بابەتەکەم ڕووبەڕوو کردەوە؛ گریا، پاشان ون بوو و لەگەڵ هاوبەشی سێهەمی شوێنی نیشتەجێبوونەکەمان جێی هێشتم و بەناچاری ئێمە هەموو کرێکەمان دا. خوات لەگەڵ ئەی پاشەکەوتەکانم! ماوەی شەش مانگی دوای ئەوە، من لەسەر قەنەفەی ماڵی یەکێک لە هاوڕێکانم دەخەوتم، کاری پچڕ پچڕ و جۆراوجۆرم دەکرد و هەوڵم دەدا قەرزەکانم لە ئاستێکی نزمدا بهێڵمەوە تا ئەو کاتەی کارێکی

ڕاستەقینەم دەست دەکەویت.

دەڵێم من بەختم هەبوو، چونکە کاتێک چوومە جیهانی گەورەکانەوە؛ لە حاڵەتی شکستدا بووم، بەتەواوی لە سفرەوە دەستم پێ کردەوە، ڕەنگە ئەمە ترسناکترین شت بێت بۆ هەر مرۆڤێک لە کاتێکی دواتری ژیاندا کاتێ ناچار دەبێت کارێکی نوێ دەست پێ بکات، یان بواری کارەکەی بەتەواوی بگۆڕێت، یان ببینێت ناچارە کارەکەی جێ بهێڵێت لەبەر زۆر خراپی. هەر لە سەرەتاوە هەموو ئەوانەم تاقی کردەوە، هیچ ئەگەرێکیش لەئارادا نەبوو جگە لەوەی دۆخەکە باشتر ببێت. بەو شێوەیە... من کەسێکی بەبەختم. کاتێک لەسەر قەنەفەیەک دەخەویت کە بۆنێکی ناخۆشی لێ دێت، کاتێکیش پارە وردە بچووکەکانی ناو گیرفانت دەژمێریت بۆ ئەوەی بزانیت ئایا دەتوانیت ئەم هەفتەیە لەفەیەکی ماکدۆناڵدز بکڕیت، کاتێکیش بیست جار سیڤیی خۆت دەنێریت بەبێ ئەوەی یەک وشە وەڵامت بۆ بێتەوە لەبەرامبەر ئەوەی ناردووتە؛ ئەوا دەچیت لە ئینتەرنێت وێبلاگێک دروست دەکەیت، چونکە بیرۆکەی «کارێکی بێعەقڵانە» لە ڕێگای ئینتەرنێتەوە کارێکی زۆر ترسێنەر نییە لەو بارودۆخەدا. ئەگەر هەر کارێک کە دەیکەم لە ڕێی ئینتەرنێتەوە شکست بهێنێت، ئەگەر کەس هیچ نووسینێکم نەخوێنێتەوە کە لە وێبلاگەکەمدا بڵاوی دەکەمەوە؛ ئەوە شتێکی خراپتر نییە لەوەی بگەڕێمەوە بۆ ئەو شوێنەی لێوەی دەستم پێ کرد. کەواتە بۆ هەوڵ نەدەم؟

شکست خۆی لە خۆیدا چەمکێکی ڕێژەییە. ئەگەر پێوەرم بۆ خۆم ئەوە بووایە شیوعییەکی شۆڕشگێڕی ئاژاوەچی بووماوە، ئەوا ئەو شکستە تەواوەی هاتە ڕێم و بێتواناییم لە کۆکردنەوەی هیچ پارەیەک لەنێوان ساڵەکانی ٢٠٠٧ و ٢٠٠٨؛ سەرکەوتنێکی بەرچاو

دەبوو. بەڵام ئەگەر پێوەرم (وەکوو زۆرینەی خەڵکی) ئەوە بووایە کە لەدوای تەواوبوونی خوێندن؛ ڕاستەوخۆ یەکەم کاری باشم دەست بکەوتایە و بمتوانیایە پارەی هەندێک لە وەسڵەکانم بدەم، ئەوە بەدڵنیاییەوە بە تەواوی مانا من کەسێکی شکستخواردوو دەبووم.

لە خێزانێکدا گەورە بووم کە هەرگیز پارە تیایدا کێشە نەبووە، بەڵکوو بە پێچەوانەی ئەمەوە بوو، لەبەر ئەوەی خێزانەکەم زۆربەی کات پارەیان بەکار دەهێنا بۆ دوورخستنەوەی کێشەکان لەبریی چارەسەرکردنیان. سەرلەنوێ من بەختم هەبوو، چونکە ئەوە لە تەمەنێکی زووەوە فێری کردم کە پارە کۆکردنەوە پێوەرێکی زۆر خراپە لە خودی خۆیدا. دەتوانیت پارەیەکی زۆر کۆ بکەیتەوە و لە هەمان کاتیشدا کەسێکی بەدبەخت بیت، هەروەک دەتوانیت کەسێکی مایەپووچ بیت و لە هەمان کاتدا بەختەوەریش بیت. لێرەوە، کەواتە بۆ پارە وەک پێوەرێک بۆ بەهای خۆم دادەنێم؟

بەهای من شتێکی تر بوو بەدەر لە پارە، بەهای من بریتی بوو لە «ئازادی و سەربەخۆیی». کاتێک بیرۆکەی ئەوەم بۆ هات ببمە یەکێک لە خاوەن کارەکان، لەبەر ئەوە بوو کە پێم ناخۆش بوو کەسێک پێم بڵێ کە چی بکەم، بەڵکوو پێم باش بوو خۆم بڕیار بدەم و خۆیشم ئەنجامی بدەم. بیرۆکەی کارکردن لەسەر ئینتەرنێتم بە سەرنجڕاکیش زانی، لەبەر ئەوەی دەتوانم لە هەر شوێنێک بم؛ ئەنجامی بدەم، جگە لەوەی دەمتوانی هەر کات پێم خۆش بوو؛ کار بکەم.

پرسیارێکی سادەم لە خۆم کرد: «ئایا پێم باشە بڕێکی باش پارەم دەست بکەوێت لە ڕێگای کارێکەوە کە پێم ناخۆشە، یان پێم باشە ببمە خاوەن کارێک لەسەر ئینتەرنێت و زۆربەی کاتەکانم

بەمایەپووچی بەرمە سەر؟» وەڵامەکەم ڕاستەوخۆ و زۆر ڕوون بوو: هەڵبژاردنی دووەم!

دوای ئەوە لە خۆمم پرسی: «ئەگەر ئەم کارەم تاقی کردەوە و دوای چەند ساڵێک شکستم هێنا و ناچار بووم بەدوای کارێکدا بگەڕێم، ئایا لە ڕاستیدا شتێکم لەدەست داوە؟» وەڵامەکە بە نەرێ بوو. لەبریی ئەوەی لە تەمەنی بیست و یەک ساڵیدا ببمە کەسێکی مایەپووچی بێکار بەبێ هیچ شارەزاییەکیش، لە تەمەنی بیست و پێنج ساڵیدا ببمە کەسێکی مایەپووچی بێکار و بەبێ هیچ شارەزاییەک، کەواتە کێشەی ئەمە لە چیدایە؟

لەگەڵ ئەم بەهایەدا، شکست ئەوە دەبوو کە هەنگاوەکانم بەرەو پرۆژە تایبەتییەکانم هێواش بکەمەوە، نەک پارەی کەم و خەوتن لەسەر قەنەفەی ماڵی هاوڕێکانم (نزیکەی دوو ساڵ لەسەر ئەو کارە بەردەوام بووم)، یان نەبوونی هەر شارەزاییەکی کار لە سیڤییەکەمدا.

دژیەکیی شکست/سەرکەوتن

وێنەکێش پابلۆ پیکاسۆ پیر بووبوو، لە یەکێک لە قاوەخانەکاندا لە ئیسپانیا دانیشتبوو دەستەسڕێکی کاغەزی ڕەش دەکردەوە کە بە دەستیەوە بوو، گرنگیی زۆری بە هیچ شتێک نەدەدا، وێنەی ئەوەی دەکێشا کە لەو ساتەدا سەرنجی ڕادەکێشا (وەک چۆن منداڵانی تازەپێگەیشتوو وێنەی سێکسی دەکێشن لەسەر دیواری ئاودەستەکان)، بەڵام ئەمە خودی پیکاسۆ بوو، ئەوەی وێنەی کێشابوو؛ تابلۆیەکی تەکعیبیی ئینتیباعی نایاب بوو لەسەر دەستەسڕێک کە پەڵەی قاوەی پێوە بوو.

Scanned with CamScanner

بەلام ئافرەتێک دانیشتبوو لەسەر مێزێکی نزیکی کە بەسەرسامییەوە تەماشای دەکرد، پاش کەمێک پیکاسۆ قاوەکەی تەواو کرد و دەستەسرە کاغەزییەکەی لوول کرد لە دەستیدا بۆ ئەوەی لە کاتی چوونەدەرەوەیدا فڕێی بداتە سەتڵی خۆڵەکەوە.

ئەو ژنە ڕایگرت و پێی وت: «بوەستە! دەتوانم ئەو دەستەسرەت لێ وەربگرم کە وێنەت لەسەر دەکێشا؟ نرخەکەشیت دەدەمێ».

پیکاسۆ وەڵامی دایەوە: «بەدڵنیاییەوە، بیست هەزار دۆلار».

سەری ژنەکە بەتوندی گەڕایەوە بۆ دواوە، وەک ئەوەی بەر بەردێک کەوتبێت، پێی وت: «چی؟ کێشانی ئەو وێنەیە دوو خولەکی نەخایاند».

پیکاسۆ وەڵامی دایەوە: «نەخێر خانمەکەم. پێویستی بە زیاتر لە شەست ساڵ هەبوو تا بتوانم ئەو وێنەیە بکێشم.» پاشان دەستەسرەکەی خستە گیرفانیەوە و لە قاوەخانەکە چووە دەرەوە.

گەشەکردنی هەموو شتێک پشت دەبەستێت بە هەزاران حاڵەتی شکستی بچووک، قەبارەی سەرکەوتنت لە شتێکدا؛ پشت دەبەستێت بە ژمارەی جارانی شکستەکانت لە ئەنجامدانی ئەو شتەدا. ئەگەر هاتوو کەسێک لە شتێکدا لە تۆ باشتر بوو، ئەوە ئەگەری زۆرە کە ئەو شکستی لە تۆ زیاترە لەو بوارەدا. ئەگەر هاتوو کەسێکیش لە تۆ خراپتر بوو لە بوارێکدا، ئەوە لەوانەیە هۆکارەکەی لەو ئازارانەی پرۆسەی فێربوونی دووردرێژدا شاردرابێتەوە کە تۆ پیایدا تێپەڕیویت.

ئەگەر سەیری منداڵێک بکەیت کاتێ دەیەوێت فێری ڕۆیشتن بێت؛ دەبینیت سەدان جار دەکەوێت و ئازاری پێ دەگات، بەلام ئەو منداڵە لە هیچ ساتێکدا ناوەستێت و بە خۆی بڵێت: «ئۆو، وا بزانم ڕۆیشتن بۆ من نابێت. من لێهاتوو نیم لە ڕۆیشتندا».

ئێمە لە کاتێکی دواتری ژیانماندا فێر دەبین خۆمان لە شکست دوور بخەینەوە، من دڵنیام کە بەشێکی گەورەی ئەوە لە سیستەمە فێرکارییەکەمانەوە دێت کە بڕیاری قورس دەردەکات بە پشتبەستن بە کارامەیی قوتابی و سزای ئەوانەش دەدات کە کارامەییان باش نییە، ڕێژەیەکی گەورەی تر بە هۆی کەسوکارەوەیە کە ڕەخنە و داواکارییان زۆرە بە جۆرێک ڕێگا نادەن منداڵەکانیان بە ئارەزووی خۆیان ڕێ بکەن و تا ئاستێکی زۆر شکست بهێنن، بەڵکوو کاتێ هەر شتێکی تازە تاقی دەکەنەوە یان شتێک کە پێشتر بڕیاریان بۆ نەدراوە لە بارەیەوە؛ سزایان دەدەن، پاشان ڕاگەیاندنێکی جەماوەریمان هەیە کە هەموویان حاڵەتەکانی سەرکەوتنی ئاسمانیی سەرسوڕهێنەرمان یەک لەدوای یەک نیشان دەدەن و کارێک ناکەن هەزاران کاتژمێری پڕ لە نارەحەتی و ڕاهێنان ببینین کە پێویست بوون بۆ گەیشتن بەو سەرکەوتنانە.

لە ساتێکدا هەموومان دەگەینە حاڵەتێک کە تیایدا لە شکست دەترسین و غەریزەمان پاڵمان پێوە دەنێت بۆ ئەوەی خۆمانی لێ لا بدەین و ڕازی بین بەوەی ڕاستەوخۆ لە بەردەمماندا دانراوە یان بۆ ئەوەی کە لە بنەڕەتدا دەزانین باشین لە ئەنجامدانیدا.

ئەمە ڕێک ئەوەیە کە کەلەپچەمان دەکات و دەمانخنکێنێت.

ناتوانین بەڕاستی سەرکەوتوو بین، لەو شتانەدا نەبێت کە ئامادەین تیایدا شکست بهێنین. ئەگەر ئامادەش نەبووین بۆ شکستهێنان، ئەوە هەر لە بنەڕەتدا ئێمە ئامادە نین بۆ سەرکەوتن.

بەشێکی زۆری ئەم ترسانە لە شکست، لەوەوە سەرچاوە دەگرێت کە بەهای خراپمان هەڵبژاردووە. بۆ نموونە؛ ئەگەر بەم پێوەرە پێوانەی خۆم بکەم: «کارێک بکەم هەرچی دیداری لەگەڵ بکەم، لە خۆم بچێت»، ئەوا بەردەوام لە دڵەڕاوکێدا دەبم، چونکە

شکست بە ڕێژەی لە سەددا سەد لە ڕێی کردەوەی کەسانی ترەوە دیاری دەکرێت نەک لە ڕێگای کردەوەکانی خۆمەوە، لەبەر ئەوەی من ناتوانم مامەڵە بە خۆیان و کردەوەکانیانەوە بکەم، هەروەک بەهای من لەژێر ڕەحمەتی بڕیار و مامەڵەی خەڵکانی تردا دەبێت.

بەڵام ئەگەر هاتوو پێوەرێکی دیکەم هەڵبژارد (بەرەوپێشبردنی ژیانی کۆمەڵایەتی و باشترکردنی)؛ ئەوا من دەتوانم مامەڵە بکەم بەپێی بەهای «پەیوەندیی باش لەگەڵ ئەوانی تر»، بە چاوپۆشی لە چۆنێتیی وەڵامدانەوەی ئەوانی تر بۆ من، بەمەش بەها خودییەکەم لەسەر ڕەفتار و بەختەوەریی خۆم بنیات دەنێم.

لە بەندی چوارەمدا بینیمان کە بەها خراپەکان ئەو ئامانجە دەرەکییانە لەخۆ دەگرێت کە ئێمە دەسەڵاتمان بەسەریدا نییە. هەوڵدان بۆ گەیشتن بەو ئامانجانە، بڕێکی زۆر لە دڵەڕاوکێ بەرهەم دێنێت. تەنانەت ئەگەر بەدەستیشمان هێنان، لە بۆشایی و عەدەمدا جێمان دێڵن لەبەر ئەوەی بەدەست هاتوون، ئەی دوای ئەوە؟ پێویستمان بە ئامانجی تر دەبێت، باشترە کۆمەڵە ئامانجێک بن کە بەهایەکی وایان تێدا نەبێت هەست بە بوونمان لە بۆشاییدا بکەین.

بەڵام بەها باشەکان ئەو بەهایانەن کە ئەو ڕێیەی بۆی دیاری کراوە؛ پشتی پێ دەبەستێت، وەک پێشتر بینیمان. ئەمە شتێکە پێوەری «خستنەڕووی خۆم بەڕاستگۆیی لەبەردەم خەڵکیدا» لە پێناوی پێوانەکردنی بەهای «ڕاستگۆیی»، ئەمەش پرۆسەیەکە هەرگیز تەواو نابێت، ئەمە کێشەیەکە کە ناچارین بەبەردەوامی مامەڵەی لەگەڵ بکەین. هەر گفتوگۆیەکی نوێ لەگەڵ کەسێک لە کەسەکان، هەروەها هەموو پەیوەندییەکی نوێ؛ ئاستەنگ و هەلی نوێمان دەخاتە بەردەم بۆ ئەوەی خۆمان بناسێنین بە دەربڕینێکی

Scanned with CamScanner

ڕاستگۆیانە. ئەوە بەهایەکی بەردەوامە، پرۆسەیەکە بە درێژایی ژیان لەگەڵماندایە و کۆتایی و کامڵبوون قبوڵ ناکات.

ئەگەر «کڕینی ئۆتۆمبێلێکی نوێ» پێوەرێک بێت بەکاری بهێنێت بۆ پێوانەکردنی بەهای «سەرکەوتن بەپێی بنەما دنیاییەکان»، پاشان بیست ساڵ لە کارێکی ماندووکەردا بەڕێ بکەیت تا بگەیت بەم پێوەرە، ئەوا ئەم پێوەرە هیچ سوودێکی نابێت بۆت دوای ئەوەی خانوویەک و ئۆتۆمبێلێک دەکڕیت. لەو کاتەدا ئەوەی پێشوازیی لێ دەکەیت؛ بریتییە لە قەیرانی نیوەی تەمەن، چونکە ئەو کێشەیەی بە درێژایی ژیانت پاڵنەرت بووە لەو کاتەی گەیشتوویتەتە تەمەنی پێگەیشتن؛ ئێستا لێت دوور کەوتووەتەوە. تۆ ئێستا هیچ هەلێکت نەماوە بۆ درێـژەدان بە گەشەکردن و بەرەوپێشچوون، بەڵام دڵنیا بە لەوەی ئەو گەشەکردنەیە بەختەوەری بەدی دێنێت نەک بەدەستهێنانی ژمارەیەک لە ئامانجەکانت کە لەدوای بەدەستهاتنیان؛ بەخێرایی بەهای خۆیان لەدەست دەدەن.

بەو واتایە، ئامانجەکان (هەروەک بە شێوەیەکی تەقلیدی پێناسە دەکرێت: تەواوکردنی خوێندنی کۆلێژ، کڕینی خانوویەک لەسەر دەریاچەیەک، دابەزاندنی دە کیلۆ لە کێشت)؛ هیچ نییە جگە لە ئامانجی سنووردار لە ڕووی بڕی بەختەوەربوونەوە کە لەوانەیە لە ژیاندا بۆمان دەستەبەر بکەن. دەکرێت دانانی ئەم جۆرە لە ئامانج، گونجاو بێت بۆ ئەو کاتانەی هـەوڵ بۆ بەدەستهێنانی دەستکەوتی خێرا و ماوەکورت دەدەین، بەڵام ئەگەر لە تەواوی ژیانماندا بمانەوێت لەسەری بڕۆین؛ ئەوە خراپە.

پابلۆ پیکاسۆ بە درێژایی ژیانی بەرهەمی زۆری هەبوو، تا کۆتایی هەشتاکان ژیا و تا ساڵەکانی کۆتایی تەمەنی لە کارە هونەرییەکانی بەردەوام بوو، ئەگەر پێوەرەکەی ئەو «بەدەستهێنانی

ناوبانگ» یان «کۆکردنەوەی پارەیەکی زۆر لە جیهانی هونەرەوە» یان «کێشانی هەزار تابلۆ» بووایە؛ ئەوا لە خاڵێکی سەر ڕێگاکەیدا رادەوەستا. ئەگەر پێوەرەکانی بەو شێوەیە بوونایە، دڵەڕاوکێ بەسەریدا زاڵ دەبوو و گومانی لە خۆی بۆ دروست دەبوو. زۆر ڕێی تێدەچوو کە گەشە بە هونەرەکەی نەدات و نوێگەریی تێدا نەکات، هەروەک دەیە لەدوای دەیە ئەو کارەی دەکرد.

ئەو هۆکارەی وای کرد پیکاسۆ سەرکەوتوو بێت، هەمان ئەو هۆکارە بوو کە وای کرد لە کاتی دانیشتنی لە قاوەخانەیەکدا لەسەر دەستەسڕێکی کاغەزی؛ هێلکاری بکات و بەختەوەر بێت کاتێ گەیشتبووە تەمەنی پیری. بەهای شاراوە لای ئەو سادە و بچووک بوو، کۆتایی نەبوو، ئەویش بەهای «گۆڕانکاریی ڕاستگۆیانە» بوو، ئەمە بوو وای کرد ئەو دەستەسڕە تا ئەو ئاستە گرانبەها بێت.

ئازار بەشێکە لە ڕێگاکە

لە پەنجاکانی سەدەی بیستەمدا، زانای دەروونناسیی پۆڵەندی کازیمیر دابروفسکی توێژینەوەیەکی کرد لەسەر ڕزگاربووانی جەنگی جیهانیی دووەم لە بارەی ئەوەی چۆن ژیاون لەگەڵ ئەو تاقیکردنەوە ئازاربەخش و شۆکهێنەرانەی پیایدا تێپەڕیون لە کاتی جەنگەکەدا. ئەمە لە پۆڵەندا بوو، واتە دۆخەکە بەڕاستی ناخهەژێن بوو. ئەو کەسانە ناڵاندوویانە یان بینیویانە کە چۆن برسێتی بەکۆمەڵ ڕووی داوە، هەروەها بۆردوومانەکانیان بینیوە کە شارێکی بەتەواوی لەگەڵ زەوی تەخت کردووە، هەروەها هۆلۆکۆست و ئەشکەنجەدانی زیندانیکراوانی جەنگ و دەستدرێژیی سێکسی و کوشتنی ئەندامانی خێزانەکەیان لەسەر

دەستی نازییەکان یان لەسەر دەستی سۆڤیێتییەکان دوای چەند ساڵێک لەو ڕووداوە.

دابروفسکی لێکۆڵینەوەی لەسەر ڕزگاربووان کرد و لە هەمان کاتدا شتێکی سەیر و سەرنجڕاکێشی بەدی کرد؛ ڕێژەیەکی زۆر لەو کەسانەی بینی کە ئەزموونەکانی سەردەمی جەنگ کە پیایدا تێپەڕیون، سەرەڕای ئازار و ناڕەحەتییەکانی؛ کردوونی بە کەسانێکی باشتر و خاوەن بەرپرسیاریتیی زیاتر و بەختەوەرتر لە ژیاندا، زۆرینەیان ژیانی بەر لە جەنگیان بەوە وەسف کردووە کە کەسانێکی جیاواز بوون لە ئێستا: نکوڵییان بەرامبەر ئەو کەسانە کردووە کە خۆشیان ویستوون، وەک پێویست ڕێزیان لێ نەگرتوون، تەمەڵ بوون و بە کێشە بچووکەکانەوە سەرقاڵ بوون، هەستیان بە جۆرێک بووە کە پێیان وا بووە شیاوی هەموو شتێکن پێیان بدرێت و چاکەی هیچ کەسێکی تێدا نییە، بەڵام لەدوای جەنگ متمانەیان زیاتر بوو، زیاتر دانیان بە چاکەی کەسانی تردا دەنا... بوونە کەسانێک کە شتە بچووک و بێزارکەرەکان و شتە بێنرخەکانی ژیان کاریان تێ نەدەکردن.

ئاشکرایە تاقیکردنەوەکانیان تۆقێنەر بوون و ئەو ڕزگاربووانە دڵخۆش نەبوون لەبەر ئەوەی بەو تاقیکردنەوانەدا ڕۆیشتوون، بەڵکوو زۆرێک لەوانە بەدەست کێشەی دەروونییەوە دەیانناڵاند کە قامچیی جەنگ لە دەروونیاندا جێی هێشتبوو، بەڵام بەشێکیشیان توانیبوویان سوود لەو برینانە وەرگرن تا بە ڕێگا ئەرێنییەکان هەموویان بگۆڕن بە وزە و هێز.

ئەم گۆڕانە تەنها تایبەت نەبوو بەو کەسانەوە، گرنگترین دەستکەوتەکان لای زۆرینەمان، وورووژێنەرترینیشیان بۆ شانازیکردنمان؛ لە کاتی ڕووبەڕووبوونەوەی ناخۆشترین

Scanned with CamScanner

دۆخەکاندا بەدەست هاتوون. زۆر جار ئازارەکانمان بەهێزترمان دەکەن، نەرمیی زیاترمان پێ دەدەن، دامەزراویمان زیاتر دەکەن، بۆ نموونە؛ زۆربەی تووشبووانی شێرپەنجە دەڵێن ئەوان هەست بە هێزێکی زیاتر و دانَنان بە چاکەی زیاتر دەکەن لەدوای سەرکەوتنیان لەو شەڕە و درێژەدان بە ژیانیان، زۆرێک لە کەسە سەربازییەکانیش باس لەو نەرمینواندنە عەقلییە دەکەن کە لە ئەنجامی بەرگەگرتنی مەترسییەکانی بەرەکانی جەنگدا دەستیان کەوتووە.

دابرۆفسکی بۆی دەرکەوت؛ ترس و دڵەڕاوکێ و خەفەت مەرج نییە هەمیشە حاڵەتی عەقڵیی بێسوود و نەخوازراو بن، بەڵکوو هەندێک جار ئەو ئازارانە پێویستن بۆ گەشەکردنی دەروونی و عەقڵی. نکوڵیکردن لە پێویستبوونی ئەو ئازارانە، نکوڵیکردنە لە تواناکانی خودی خۆمان، ئەمە هاوشێوەی پێویستی نارەحەتی و ئازارە جەستەییەکانمانە بۆ ئەوەی ماسوولکە و ئێسکەکانمان بەهێزتر ببن. کەواتە مرۆڤ ناچارە نارەحەتییەکانی ئازاری هەڵچوونی دەماری قبوڵ بکات، تاکوو نەرمینواندنێکی هەڵچوونی زیاتر و هەستکردنێکی بەهێزتر بە خود و هاوسۆزییەکی زیاتر لەگەڵ خەڵکیی دەست بکەوێت... واتە ژیانێکی بەختەوەرتر، بە شێوەیەکی گشتی.

لەو ڕوانگەیەوە، بەشی هەرە زۆری گۆڕانکارییە ڕیشەییەکان لە کۆتایی خراپترین ساتەکانماندا دێنە بەردەممان. تەنها کاتێک هەست بە ئازارێکی توند دەکەین، ئامادە دەبین بۆ سەیرکردنەوەی بەهاکانمان و پرسیارکردن لە بارەی ئەو هۆکارەی وا دەردەکەوێت کە فێڵمان لێ دەکات. ئێمە پێویستمان بە جۆرێک لە قەیرانە وجوودییەکانە، بۆ ئەوەی بە جۆرێکی بابەتیانە بڕوانینە شێوازی

ڕزگارکردنی کرۆکی ژیانمان؛ لەم ساتەشدا دەست دەکەین بە بیرکردنەوە لە گۆڕینی ڕێگاکەمان.

دەتوانیت ئەمە ناو بنێیت «گەیشتنە بن» یان «ژیان لە قەیرانێکی وجوودیدا»، بەڵام من پێم باشە ناوی بنێم «هەڵکۆڵین لە ناڕەحەتییەکاندا»، تۆش دەتوانیت هەر ناوێکت پێ خۆشە؛ لێی بنێیت.

لەوانەیە تۆ ئێستا لەو شوێنەدا بێت، لەوانەشە لە دەرەوە لە گرنگترین بەرهەڵستییەکانی ژیاندا بێت و تۆش واقوڕماو و شڵەژاویت، لەبەر ئەوەی هەموو ئەو شتانەی تۆ پێت وا بووە ڕاستن، سروشتین، باشن، دەرکەوتووە کە پێچەوانەی ئەوەن.

بەڵام ئەمە شتێکی باشە، ئەمە سەرەتایە: هیچم نەماوە جگە لە جەختکردنەوە لە بیرۆکەی ئازار بەشێکە لە ڕێگاکە، یان بەشێکە لە پرۆسەکە، گرنگە کە ئێمە هەست بە ئازار بکەین، لەبەر ئەوەی ئەگەر تۆ تەنها بەشوێن دەرچە خێرا و ئاسانەکانەوە بێت بۆ ڕزگاربوون لە ئازار و بەردەوام بێت لەوەی پێت وا بێت بەرکەوتەی زیاتر شیاوی تۆیە و بیرکردنەوەی ئەرێنیی خەیاڵیت هەبێت، هەروەها ئەگەر بەردەوام بێت لە زیادەڕۆییکردن لە ڕۆچوون لەناو زۆرینەی چالاکییەکاندا (یان زۆر خواردنەوەی شروب کە هەستێکی وات پێ دەدات کە لە باشترین دۆخدایت)؛ ئەوا هەرگیز ناتوانیت ئەو پاڵنەرە لە دەروونی خۆتدا بهێنیتە دی کە بتوانیت بەڕاستی بگۆڕێیت.

لە تەمەنی منداڵیمدا کاتێک خێزانەکەم ئامێرێکی ڤیدیۆ یان ئامێرێکی ئیستریۆی تازەیان دەکڕی، من دەستم بە هەموو دوگمەکاندا دەنا و وایەر و کێبڵەکانم لێ دەکردەوە، پاشان پێوەم دەکردەوە، تەنها بۆ ئەوەی کاری هەموو دوگمە و کێبڵ و وایەرەکان بزانم. بە تێپەڕینی کات، فێر دەبووم کە تەواوی سیستمەکە چۆن

کار دەکات. لە ئەنجامی ئەمەشدا دەبوومە تاکەکەسی ماڵەکە کە کار بەو ئامێرە دەکەم، چونکە تەنها من دەمزانی کە چۆن کار دەکات.

هەر وەکو زۆرینەی منداڵەکانی ئەم هەزارە نوێیە، کەسوکارم بە جۆرێک سەیریان دەکردم وەک ئەوەی یەکێک بم لە سەیروسەمەرەکان. لە تێڕوانینی ئەواندا، توانام لە بەرنامەڕێژیکردنی ئامێرێکی ڤیدیۆدا بەبێ تەماشاکردنی کەتەلۆکی ڕێنماییەکان؛ وا دەکات لە زانایەکی گەورە بچم.

ئاسانە تەماشای دواوە بکەم بۆ ئەو نەوەیەی دایک و باوکم، پێکەنینم دێت بەو ترسەی ئەو نەوەیە بەرامبەر تەکنۆلۆژیا هەیانبوو، بەڵام تاکوو بەرەوپێش بچم لە قۆناغەکانی پێگەیشتندا؛ زیاتر بۆم دەردەکەوێت کە ئێمە هەمووومان ناوچەمان هەیە لە ژیانماندا کە تیایدا وەکوو دایک و باوکم واین لەبەرامبەر ئامێرێکی ڤیدیۆی نوێ: دادەنیشین و سەیر دەکەین و سەرمان دەلەقێنین و دەڵێین: «بەڵام چۆن؟» لە کاتێکدا بابەتەکە زۆر سادەیە و تەنها ئەوەی پێویستە؛ ئەنجامی بدەین.

بەردەوام لە ڕێگەی پۆستی ئەلیکترۆنییەوە نامەم بۆ دێت لەلایەن کەسانێکەوە کە لەو جۆرە پرسیارانە دەکەن، بە درێژایی چەند ساڵێکی زۆر نەمدەزانی چۆن وەڵامیان بدەمەوە.

ئەو کچەم بیر دێتەوە کە کەسوکارەکەی وەکوو پەنابەر هاتن بۆ ئەم وڵاتە و بە درێژایی ژیانیان خەریکی پارە کۆکردنەوە بوون لە پێناو ئەوەی کچەکەیان بچێتە کۆلێژی پزیشکی. ئێستا ئەو لە کۆلێژی پزیشکییە، بەڵام ڕقی لێیەتی، حەز ناکات هەموو ژیانی بە پزیشکی بباتە سەر، بەڵکوو لە هەموو شتێک زیاتر حەز دەکات ئەو کۆلێژە جێ بهێڵێت، بەڵام وا هەست دەکات لەو کۆلێژە

گیری خواردووە، بە جۆرێک کە نامەیەک لە ڕێگەی ئینتەرنێتەوە بۆ کەسێکی نەناسراو دەنێرێت (واتە من)؛ بۆ ئەوەی پرسیارێکی ئاسانی لێ بکات کە وەڵامەکەی ڕوونە، لە شێوەی: «چۆن واز لە کۆلێژی پزیشکی بهێنم؟»

ئەو خوێندکارەی زانکۆشمان هەیە کە هەست بە حەزێکی زۆر دەکات بەرامبەر سەرپەرشتیاری ئەو زانکۆیە. لەبەرامبەر هەر ئاماژە و پێکەنین و زەردەخەنەیەکیدا؛ ئەو ئازار دەچێژێت، هەروەها لە هەر قسەکردنێکی کەم لە دەرەوەی وانەکە. لە ڕێی پۆستی ئەلیکترۆنییەوە، چیرۆکێکی بیست و هەشت لاپەڕەیی بۆ من دەنێرێت و بەم پرسیارە کۆتایی پێ دێنێت: «چۆن داوای لێ بکەم بەیەکەوە بچینە دەرەوە؟»

هەروەها ئەو دایکەشمان هەیە کە منداڵەکانی پێگەیشتوون و خوێندنیان تەواو کردووە، بەڵام هەر لەلای ئەو دەژین و خواردنەکانی ئەو دەخۆن و لە پارەی ئەو خەرج دەکەن، بەبێ هیچ لەبەرچاوگرتنێکی بارودۆخی تایبەتی ئەو و حەزی بۆ تەنهایی. ئەو دەیەوێت جووڵەیەک بکەن و ڕێڕەوی ژیانی خۆیان بگرنە بەر، دەیەوێت خۆیشی ڕێڕەوی ژیانی خۆی بگرێتە بەر، بەڵام زۆر ترسی ئەوەی هەیە منداڵەکانی لێی دوور بکەونەوە، بەڵکوو بە جۆرێک شڵەژاوە کە بەسەرسامییەوە لە من دەپرسێت: «چۆن داوایان لێ بکەم ماڵەکەم جێ بهێڵن؟»

ئەم پرسیارانە لە جۆری پرسیارەکانی ئامێری ڤیدیۆن، وەڵامدانەوەشی لە دەرەوە؛ کارێکی ئاسانە: دەمت بکەرەوە و ئەنجامی بدە!

بەڵام لە ناوەوە، لە ڕوانگەی هەریەک لەو کەسانەوە؛ ئەم پرسیارانە ناڕوون و ئاڵۆزن تا ئاستێکی زۆر... وەک گرێی

گەردوونی دەردەکەون کە لە نهێنییەکان پێچراون.

پاشان «پرسیارەکانی ئامێری ڤیدیۆ» بەڕاستی خۆشن، چونکە لەوپەڕی قورسیدایە بۆ هەریەک لە خاوەنی پرسیارەکە، بەڵام ڕوون و ئاسانە بۆ ئەو کەسانەی بەو جۆرە نین.

ئازار لێرەدا کێشەیە، پڕکردنەوەی فۆڕمی داواکاریی وازهێنان لە کۆلێژی پزیشکی؛ کارێکی ڕوون و ئاسانە، بەڵام شکاندنی دڵی کەسوکار وا نییە. سەختی لە بانگێشتکردنی سەرپەرشتیارەکە بۆ ژووانێک؛ لەو وشانەدا نییە کە پێویستە مرۆڤ بیڵێت، ئەمە خۆخستنە مەترسییە بە ڕەتکرانەوە و کەوتنە حاڵەتێکی شەرمەزاریی قووڵەوە کە زۆر ئاڵۆزترە. هەروەک داواکردن لە کەسێک تا ماڵەکەت بۆ چۆڵ بکات؛ شتێکە پێویست بە دوودڵی ناکات، بەڵام هەستت بەوەی لە منداڵەکانت دوور دەکەویتەوە؛ بەو شێوەیە نییە.

بە درێژایی تەمەنی هەرزەکاری و سەرەتای گەنجێتی؛ بەدەست دڵەڕاوکێی کۆمەڵایەتییەوە دەمناڵاند، زۆرینەی کاتەکانم بە خۆسەرقاڵکردن بە یارییە ڤیدیۆییەکانەوە بەسەر دەبرد، زۆرینەی شەوەکانیشم بە جگەرەکێشان و خواردنەوەوە بەسەر دەبرد. بۆ ماوەی ساڵانێکی دوورودرێژ بیرۆکەی قسەکردن لەگەڵ کەسێکی نەناسراودا بەلای منەوە شتێکی ئەستەم بوو، بەتایبەتییش ئەگەر ئەو کەسە نامۆیە؛ کەسێکی سەرنجڕاکێش بووایە یان بە جۆرێک لە جۆرەکان کەسێکی گرنگ بووایە یان کەسێکی بەناوبانگ یان زیرەک بووایە. چەند ساڵێک سووڕامەوە بەبێ ڕێنمونی و پرسیاری ئامێری ڤیدیۆکەم لە خۆم دەکرد: «چۆن؟ چۆن دەکرێت مرۆڤ بەم شێوەیە بڕوات و لەگەڵ کەسێکدا قسە بکات؟ چۆن کەسێک دەتوانێت ئەم کارە بکات؟» جۆرەها بیروباوەڕی بێعەقڵانەم هەبوو لە بارەی ئەم بابەتەوە، لەوانە ئەوە بوو کە ناکرێت بڕۆیت قسە

لەگەڵ کەسێک بکەیت: مەگەر هۆکارێکی تایبەت بە ئیشت هەبێت کە ناچارت بکات بۆ ئەو کارە، ئەگەرنا ئەو ئافرەتە وا گومان دەبات بۆ نموونە کە من دەمەوێت دەستدرێژی بکەمە سەری. کاتێک پێی دەڵێم «چۆنیت».

کێشەی من ئەوە بوو کە هەڵچوون و هەستەکانم: واقیعیان بۆ دیاری دەکردم، لەبەر ئەوەی من وا هەستم دەکرد خەڵکی حەز ناکەن قسەم لەگەڵ بکەن، لێرەوە پرسیاری ئامێری ڤیدیۆکە هاتە پێشەوە: چۆن؟ چۆن دەکرێت مرۆڤ بەو شێوەیە بڕوات و لەگەڵ کەسێک قسە بکات کە نایناسێت؟ چۆن کەسێک دەتوانێت ئەو کارە بکات؟

لەبەر ئەوەی من سەرکەوتوو نەبووم لە جیاکاریکردن لەنێوان ئەوەی هەستی پێ دەکەم و ئەوەی دەبم، دەستەوستان بووم لە ئاست هەنگاونان بۆ دەرەوەی خۆم بۆ ئەوەی جیهان وەک خۆی ببینم: شوێنێکی ئاساییە هەر دوو کەسێک دەتوانن، لە هەر کاتێکدا بێت، یەکێکیان لەوی تر نزیک ببێتەوە و بەیەکەوە قسە بکەن.

کەسانێک هەن کە واز لە هەموو شتێک دەهێنن و هەوڵ دەدەن ئەو هەستانەی هەیانە؛ سڕیان بکەن کاتێک بە شێوەیەک لە شێوەکان هەست بە ئازار، تووڕەیی یان خەفەت بکەن، ئامانجیان ئەوەیە سەرلەنوێ بگەڕێنەوە بۆ دۆخە باشەکەیان و بەخێرایی. تەنانەت ئەگەر ئەمە بە هەڵخەڵەتاندنی خۆیشیان بێت یان بە بەکارهێنانی هەندێک ماددەی هۆشبەر یان بە گەڕانەوەیان بۆ بەها شکستخواردووەکانیان.

فێر بە چۆن بەرگەی ئەو ئازارە بگریت کە هەڵیدەبژێریت. کاتێک بەهایەکی نوێ هەڵدەبژێریت، بەوە تۆ هێنانەناوەوەی ئازارێکی نوێ بۆ نێو ژیانت هەڵدەبژێریت. چێژ لەو ئازارە وەربگرە، تامی

بکە، بەڵام لەوانەیە سەرەتاکەی سادە بێت، وا هەست دەکەن وەک ئەوەی نەزانن چیتان لەسەرە تا ئەنجامی بدەن، بەڵام گفتوگۆی ئەم بابەتەمان کرد: تۆ هیچ نازانیت! تەنانەت ئەو کاتەش کە وا دەزانیت دەیزانیت، ئەوا تۆ نازانیت چی بکەیت. کەواتە بەڕاستی چی لەدەست دەدەیت؟

ژیان ئەوەیە نەزانیین، پاشان سەرەڕای ئەوەش هەر شتێک بکەیت؛ ژیان هەمووی لەسەر ئەو شێوازەیە، هەرگیز گۆڕانکاریی بەسەردا نایەت، تەنانەت کاتێکیش بەختەوەر بیت، تەنانەت ئەگەر لە لوتکەی شکۆمەندیدا بیت، تەنانەت کاتێک بلیتی یانسیبت بۆ دەردەچێت و هەر چییەکت پێویستە دەیکڕیت؛ ئەوا تۆ هەرگیز نازانیت چی دەکەیت، هەرگیز ئەمە لەبیر مەکە، هەرگیز لەوە مەترسە.

بنەمای «شتێک ئەنجام بدە»

لە ساڵی ٢٠٠٨، لەدوای جێگیربوونم لەسەر کارێکی ڕۆژانە بە درێژایی شەش هەفتە وازم لە هەموو بیرۆکەیەکی کارکردن هێنا، بۆ ئەوەی لە ڕێگەی ئینتەرنێتەوە کارێک دەست پێ بکەم.

لەو کاتەدا هیچ بیرۆکەیەکم لەلا نەبوو تا ئەنجامی بدەم، بەڵام لە دڵی خۆمدا وتم من کەسێکی مایەپووچی بەدبەختم، لەوانەیە بە شێوازەکەی خۆم بەردەوام بم و هەر بەو شێوەیەش بمێنمەوە، لەو کاتەدا وا دیار بوو گرنگیم بە هیچ شتێک نەدەدا جگە لە کەوتنەشوێنی کچان. بەو شێوەیە بڕیارم دا وێبلاگێک لەسەر ئینتەرنێت دروست بکەم کە باس لەو ژیانی پەیوەندییە شێتانەیە بکەم کە منی تێدا بووم.

Scanned with CamScanner

کاتێ لە یەکەم بەیانیی دوای کارە تایبەتە نوێیەکەم لەخەو هەستام، بەخێرایی ترسم لێ نیشت. خۆم لەبەردەم لاپتۆپەکەمدا بینییەوە، بۆ یەکەم جار بۆم دەرکەوت کە من هیچ بەرپرسیارێتییەکم لەئەستۆ نەگرتووە بەرامبەر هیچ کام لە بڕیارەکانم، سەرەڕای نەبوونی بەرپرسیارێتیم بەرامبەر ئەنجامەکانی ئەو بڕیارانەش؛ من بەرپرس بووم لە فێرکردنی خۆم لە دیزاینکردنی ماڵپەڕی ئینتەرنێت، لەگەڵ بەبازارکردن لەسەر ئینتەرنێت، هەروەها کارێک بکەم سایتەکانی گەڕان هاوشێوەی پێداویستییەکانی گەڕانی کرداری بن، جگە لە چەند بابەتێکی دیکەی لەو شێوەیە. ئێستا هەموو ئەوانە لەئەستۆی من بوون. بەو شێوەیە ئەوەم ئەنجام دا کە هەر گەنجێکی دیکەی تەمەن بیست و چوار ساڵی ئەنجامی دەدات، وازهێنانی لەناکاو لە کار و هیچ بیرۆکەیەکی دیکەشی نییە کە لە داهاتوودا چی دەکات: ژمارەیەک یاریی ڤیدیۆییم لەناو کۆمپیوتەرەکەمدا دابەزاند و خۆم لە دەستپێکردنی کار دزییەوە، هەروەکوو چۆن مرۆڤ خۆی لە ڤایرۆسێکی مەترسیدا دەدزێتەوە.

پاش تێپەڕینی چەند هەفتەیەک و گەیشتنی وەسڵی حسابی خەرجییەکانم بە ئاستێکی مەترسیدار، ئاشکرا بوو کە پێویستم بە هەڵێنجانێکی ستراتیژی هەیە بۆ ئەوەی کارێک بکەم بتوانم دوانزە کاتژمێر یان چواردە کاتژمێر کار بکەم لە ڕۆژێکدا، ئەویش ئەوە بوو کە پێویستە لە سەرەتای دەستپێکردنی هەر کارێکی نوێدا ئەنجام بدرێت. ئەو پلانە لە شوێنێکەوە هات کە هەرگیز پێشبینیم نەدەکرد. کاتێک لە قوتابخانەی ناوەندی بووم، بەڕێز باکوود؛ مامۆستای بیرکاری پێی دەوتین: «ئەگەر زانیت ناتوانیت هاوکێشەیەک شیکار بکەیت؛ وریا بە دانەنیشیت و بیر لە قورسییەکەی بکەیتەوە، بەڵکوو دەست بکە بە شیکارکردنی، تەنانەت ئەگەر نەتزانی چی

Scanned with CamScanner

بکەیت، چونکە تەنها کارکردن لەسەر هاوکێشەکە وا دەکات بیرۆکە ڕاستەکان بێن بۆ ناو مێشکت».

لە ماوەی یەکەمی کارەکەی داهاتووم، کاتێک شێتانە هەموو ڕۆژێک کۆششم دەکرد بەبێ ئەوەی شتێک بزانم لە بارەی ئەوەی کە ئەنجامی دەدەم، کاتێک لە ئەنجامەکان دەترسام (یان لە دەرنەکەوتنی هیچ ئەنجامێک)؛ وردە وردە ئامۆژگارییەکەی بەڕێز باکوود لە قوولایی ناخمەوە دەیدواندم. وەکوو درووشمێک گوێم لێ بوو:

لەوێدا دامەنیشە. کارێک بکە. وەڵامەکان دێن بۆ لات.

لە کاتی هەوڵدانم بۆ جێبەجێکردنی ئامۆژگارییەکەی بەڕێز باکوود، وانەیەکی یەکجار گرنگ فێر بووم لە بارەی دروستکردنی پاڵنەر. فێربوونی ئەم وانەیە بەباشی نزیکەی هەشت ساڵی خایاند، بەڵام لە میانەی چەندین مانگی ماندووکەردا لە هەوڵدان بۆ دەستپێکی سەرنەکەوتوو و ڕاپۆرتی ئامۆژگارییە پێکەنیناوییەکان و شەوانی نائاسوودە لەسەر قەنەفەی هاوڕێکانم و حسابی خەرجییە زۆرەکانم و سەدان هەزار وشەی نووسراو (زۆربەی ئەو وشانە کەس نەیخوێندوونەتەوە). ئەم وشانەی دواتر گرنگترین ئەو شتانەن کە فێریان بووم لە ژیانمدا:

هەستان بە کارێک تەنها لە ئەنجامی پاڵنەر نییە، بەڵکوو هۆکارێکە بۆ دروستبوونی پاڵنەریش.

زۆرینەمان سەر دەکەینە سەر کار، ئەگەر پاڵنەرێکمان هەبوو بۆ کارکردن. ئێمە هەست بەو پاڵنەرە ناکەین، مەگەر کاتێک هەست بە ئیلهامێکی پێویست نەکەین. ئێمە وای دادەنێین ئەم هەنگاوانە بە زنجیرەیەک بەم شێوەیەی خوارەوە ڕوو دەدات:

ئیلهامی هەستکردن ← پاڵنەر ← کاری حەزپێکراو

ئەگەر ویستت کارێک ئەنجام بدەیت، بەڵام هەستت بە بوونی پاڵنەر یان ئیلهامێک نەکرد؛ ئەوا گریمانەی ئەوە دەکەیت کە توانای ئەو کارەت نییە، گریمانەی ئەوە دەکەیت کە هیچ شتێک نییە بتوانیت بیکەیت لەبەرامبەر ئەو کارەدا، بەو شێوەیەش دەمێنیتەوە تاکوو شتێکی گەورە لە هەستتدا ڕوو دەدات کە وا دەکات توانای بەرهەمهێنانی بڕی پێویستی پاڵنەرت هەبێت بۆ هەستانەوە و ئەنجامدانی کارێک.

بەڵام ڕاستی لە بارەی پاڵنەرەوە ئەوەیە بابەتەکە تەنها لە زنجیرەیەکی سێ بازنەیی پێک نەهاتووە، بەڵکوو زنجیرەیەکی بێکۆتایە.

ئیلهامی هەستکردن ← پاڵنەر ← کار ← ئیلهامی هەستکردن ← پاڵنەر ← کار (بەو شێوەیە بەردەوام دەبێت).

کردارەکانت ئیلهامی زیاتر دێننە بوون و پەرچەکرداری هەستەکانیش هاندەرتن بۆ هەستان بە کاری دواتر. ئەگەر سوودمان لەم زانیارییە وەرگرت، دەتوانین سەرلەنوێ ئاراستەی مێشکمان بەم ڕێگایە بکەینەوە:

کار ← ئیلهام ← پاڵنەر

ئەگەر پاڵنەری پێویستت نەبوو بۆ ڕوودانی گۆڕانکارییەکی گرنگ لە ژیانتدا، ئەوا هەر شتێک بێت بیکە... هەر شتێک بێت... پاشان پەرچەکردارت لەسەر ئەو کارەی پێی هەستاویت، بکەرە ئامرازێک بۆ ئەوەی خۆتی پێ هان بدەیت.

من ئەم بنەمایە ناو دەنێم «شتێک بکە»، دوای ئەوەی خۆم بەکارم هێنا بۆ دەستپێکردنی کاری سەربەخۆی خۆم؛ ئێستا خوێنەرەکانم فێر دەکەم کە بە سەرسامی و شڵەژاوی دێن بۆ لام بە هۆی پرسیاری «ئامێری ڤیدیۆ» کە هەیانە: «چۆن هەنگاو بۆ

Scanned with CamScanner

کارکردن بنێم؟» یان «چۆن بەو کەسە بڵێم کە من دەمەوێت ببمە هاوڕێی؟»، هەروەها بەو شێوەیە.

دوو ساڵم تێپەڕاند بە کارکردن لەبەر خۆم، چەند هەفتەیەک بەردەوام بووم بەبێ ئەوەی شتێکی ئەوتۆ بەدەست بهێنم، هیچ هۆکارێک نەبوو، جگە لەوەی ترس و دڵەڕاوکێم هەبوو لە بارەی ئەوەی کە دەبێت ئەنجامی بدەم، سەرەڕای ئاسانییەکی زۆر بۆ دواخستنی هەموو شتەکان وەک هەمیشە، بەڵام بەخێرایی فێر بووم کە ناچارکردنی خۆم لەسەر ئەنجامدانی شتێک، تەنانەت ئەگەر ئەو شتە کارێکی زۆر سادەش بێت، بەخێرایی کارە گەورەکە ئاسانتر دەبێت. ئەگەر لەسەرم پێویست بێت کە سایتێکی ئینتەرنێت هەمووی دیزاین بکەمەوە، ئەوا خۆم ناچار دەکەم بە دانیشتن و دەڵێم: «کێشە نییە، ئێستا تەنها بەشی سەرەوەی سایتەکە دیزاین دەکەم»، بەڵام دوای ئەوەی بەشی سەرەوەی سایتەکە دیزاین دەکەم، دەبینم دەست دەکەم بە بەشەکانی دیکەی سایتەکە، بەر لەوەی بزانم چی ڕووی داوە: پڕ دەبم لە وزە و دەچمە ناوەڕۆکی پرۆژەکەوە.

نووسەر تیم فێریس چیرۆکێک دەگێڕێتەوە کە جارێک لە جاران لە نووسەری حەفتا ڕۆمانی بیستووە، کە کەسێک لێی پرسیوە نهێنیی پشتی ئەو توانایەی چییە کە دەتوانێت بەردەوام بنووسێت لەگەڵ پاراستنی ئیلهام و پاڵنەرەکانی کە هانیان داوە بۆ نووسینەکانی. نووسەر وەڵامی داوەتەوە: «بابەتەکە هەمووی دوو سەد وشەیە، هەر چۆنێک بۆم ڕێک بکەوێت لە ڕۆژێکدا.» بیرۆکەکە ئەوەیە کە ئەگەر خۆی ناچار بکات بە نووسینی دوو سەد وشە، ئەگەرچی ئەو وشانە ئاست نزم و بێنرخیش بن، ئەوا خودی کرداری نووسین پاڵنەرەکەی بۆ دروست دەکات لە زۆربەی

کاتەکاندا. بەر لەوەی لە بابەتەکە تێبگات، ئەو نووسەرە دەبینێت کە هەزاران وشەی نووسیوە لەسەر کاغەزەکەی بەر دەستی.

کاتێک مرۆڤ بنەمای «شتێک بکە» جێبەجێ دەکات، هەستێکی بۆ دروست دەبێت کە شکستهێنان شتێکی گرنگ نییە. کاتێک هەستان بە کاریش دەبێتە پێوەری سەرکەوتن لە خودی خۆیدا (کاتێک هەر ئەنجامێک وەک پێشکەوتنێک سەیر دەکرێت هەروەها وەک کارێکی گرنگ، کاتێکیش سەیری ئەو ئیلهامە دەکەین کە پاڵنەرمانە بۆ کارکردن وەکوو جۆرێک لە پاداشت بۆ ئێمە لەبری ئەوەی وەکوو مەرجێکی پێشوەختە سەیری بکەین)؛ ئەوا ئێمە هەمیشە ئەو هێزە دەبینین کە بۆ پێشەوە پاڵمان دەنێت. لەو کاتەدا هەست دەکەین ئازادین لەوەدا کە شکست بهێنین، ئەو شکستەش وامان لێ دەکات بەردەوام بین لە ڕۆیشتن. هەروەکوو بنەمای «شتێک بکە» تەنها یارمەتیمان نادات لە سەرکەوتن بەسەر دەستی دەستی و دواخستنی کارەکان، بەڵکوو ئەو پرۆسەیەیە کە لە ڕێگەیەوە بەها نوێیەکەمان بنیات دەنێین. ئەگەر تۆ لە قەیرانێکی بونیادیی گەورەدا بوویت و هەموو شتێک بەلاتەوە بێمانا بوو، ئەوا وەلامەکە بەم شێوەیە دەبێت: شتێک بکە (ئەمە کاتێک دەبێت کە بەدوای ڕێگایەکدا بگەڕێیت بۆ پێوانەکردنی خۆت، بەڵام دەبینیت هەموو ڕێگاکان داخراون، هیچ زانیارییەکت لا نییە کە دواتر چی ڕوو دەدات و نازانیت ئازاری خۆت دەدەیت بە هۆی شوێنکەوتنی خەونێکی ساختەوە، یان ئەگەر بزانیت پێوەرێکی باشتر هەیە؛ پێویستە بەکاری بهێنیت بۆ پێوانەکردنی خۆت، بەڵام نازانیت چۆن بەکاری بهێنیت).

لەوانەیە ئەو «شت»ەی ئەنجامی دەدەیت، سادەترین کاری ڕاستەقینە بێت بە ئاراستەی ئەنجامدانی کارێکی تر، لەوانەشە ئەو

«شت»ە هەر شتێک بێت.

ئایا ئێستا تێدەگەیت کە تۆ لە هەموو پەیوەندییەکانی پێشووتدا هیچ نەبوویت، جگە لە کەسێکی بێزارکەر کە هەست بە شیاوبوونی بۆ بەرکەوتنەی زیاتر دەکات، هەروەها تۆ دەتەوێت پەرە بدەیت بە هەستکردنت بە خەڵکی و هاوسۆزیت لەگەڵیان؟ کەواتە شتێک بکە! سەرەتایەکی سادە دەست پێ بکە. ئەوە بکە بە ئامانجێکی خۆت کە گوێ بگریت بۆ کێشەی کەسێک و هەندێک لە کاتی خۆتی پێ بدەیت بۆ ئەوەی یارمەتیی بدەیت. تەنها جارێک ئەوە بکە، یان بەڵێن بە خۆت بدە کە دەست پێ دەکەیت لەو گریمانەیەی کە تۆ خۆت سەرچاوەی هەموو کێشەکانی خۆتیت کاتێک خۆت دەبینیتەوە بە بێزاری و بێهیوایی، ئەم بیرۆکەیە بەکار بهێنە، ئەوکات دەبینیت هەستت چۆن دەبێت.

زۆر کات تەنها ئەوە پێویستە کە تۆپە بەفرەکە وا لێ بکەیت بکەوێتە سووڕان: ئەو کارەی پێویستە بۆ دروستبوونی پاڵنەرێک بۆ ئەوەی بەردەوام بێت. تۆ دەتوانیت ببیتە سەرچاوەی ئەو ئیلهامەی پاڵنەرەکە دروست دەکات، تۆ دەتوانیت ببیتە سەرچاوەی پاڵنەرەکانت، تۆ هەمیشە دەتوانیت کارێک بکەیت. ئەگەر بەوە کۆتاییت هێنا کە «ئەنجامدانی شتێک» بکەیتە پێوەرێک بۆ سەرکەوتنت، ئەوا شکست ناتوانێت هیچت لەگەڵ بکات جگە لە پاڵنانت بەرەو پێشەوە.

بەندی هەشتەم
گرنگیی وتنی «نا»

لە ساڵی ٢٠٠٩دا هەموو کەلوپەلەکانی ناو شوقەکەم کۆ کردەوە و بەشێکیانم فرۆشت و بەشەکەی تریشم خستە کۆگاوە، پاشان شوقەکەم جێ هێشت و کەوتمە ڕێ بەرەو ئەمەریکای لاتینی، لەو کاتەدا ویبلاگی ڕاوێژگاریی بەڵێندان کە دامەزراندبوو؛ خەریک بوو جۆرێک لە پێشوازیی لێ دەکرا و کەمێک پارەم لێوەی دەست دەکەوت لە ڕێی فرۆشتنی هەندێک دەق و خولەکان لە ڕێی ئینتەرنێتەوە. پلانم ئەوە بوو لە دەرەوە بژیم لەو بەشە زۆرەی دوایی تەمەنم، بۆ ئەوەی شارەزایی لە کلتووری نوێدا پەیدا بکەم و سوود لە نزمیی تێچوونی ژیان وەربگرم لە ژمارەیەک لە وڵاتە تازەپێشکەوتووەکانی ئاسیا و ئەمەریکای لاتین و بتوانم کارەکەم بەهێز بکەم. ئەوە خەونی «سەرەتایی دیجیتاڵی» بوو، بە هۆی ئەوەی من لە تەمەنی بیست و پێنج ساڵیمدا بەدوای سەرکێشیدا دەگەڕام، ئەمە هەموو ئەو شتە بوو کە من لە ژیاندا دەمویست.

بەڵام ئەو بەهایانەی پلانەکەمی تێوە پێچرابوو، سەرەڕای ئەو سەرنجراکێشی و پاڵەوانێتییەی پێوەی دیار بوو؛ هەموویان بەهای

Scanned with CamScanner

تەندروست و باش نەبوون.

بەدڵنیاییەوە من هەڵگری هەندێک بەهام کە هاندەرن بۆ سەرسامبوون: تینوویێتی بۆ بینینی جیهان، حەزکردن بە زانینی زانیارییەکانی خەڵکی و کلتوورەکان، شتێک لە خۆشەویستی بۆ سەرکێشی لە شێوەی کلاسیکی، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا سێبەرێک لە هەستکردن بە شەرمم هەبوو کە هەموو شتێکی دادەپۆشی جگە لە خۆی. لەو کاتەدا بەتەواوی لە بابەتەکە تێنەگەیشتبووم، بەڵام ئەگەر بمەوێت بەتەواوی لەگەڵ خۆم ڕاستگۆ بم؛ دەمزانی کە بەهایەکی خراپ لە شوێنێک لەژێر شتێکدا خۆی شاردووەتەوە. توانای بینینی ئەو بەهایەم نەبوو، بەڵام توانای هەستپێکردنیم هەبوو لە ساتەکانی هێوریمدا ئەگەر بەتەواوی لەگەڵ خۆمدا ڕاستگۆ بم.

هاوشان لەگەڵ هەستکردنم بە بەرکەوتەیی زیاتر لە سەرەتای بیستەکانی تەمەنمەوە، ئەو قەیرانە ڕاستەقینانەی لە ساڵەکانی تەمەنی هەرزەکاریمدا لەگەڵیان ژیام؛ گورزەیەک شتیان بۆ جێ هێشتم کە خۆمم پێوە پابەند کردبوون. ساڵانێکی کەمی پێشتریشم بەڕێ کرد لە هەوڵدان بۆ قەرەبووکردنەوەی کەموکوڕی و دڵەڕاوکێی کۆمەڵایەتی کە لە ساڵانی هەرزەکاریدا تیایدا دەژیام، کە ئەمەش وای کردبوو هەست بکەم دەتوانم چاوم بە هەر کەس بکەوێت کە بمەوێت بیبینم، یان تەوقە لەگەڵ هەر کەسێک بکەم کە بمەوێت تەوقەی لەگەڵ بکەم، یان خۆشویستنی هەر کەسێک کە بمەوێت خۆشم بوێت، هەروەها ئەنجامدانی سێکس لەگەڵ هەر کەسێک کە بمەوێت سێکسی لەگەڵ ئەنجام بدەم، ئیتر بۆچی خۆم پەیوەست بکەم بە مانەوە لەگەڵ یەک هاوڕێی کچدا یان لەناو یەک یەکەی کۆمەڵایەتیدا، یان لەناو یەک شاردا و یەک وڵاتدا و یەک کلتووردا؟ ئەگەر توانای ژیانم هەبێت لەسەر هەر شتێک و

تاقیکردنەوەی هەر شتێک، ئەوا پێویستە لەگەڵ هەر شتێکدا بژیم، ئایا وا نییە؟

بە پڕچەکبوون بەو هەستە گەورەیە و توانام بۆ پەیوەندیکردن لەگەڵ هەموو جیهان؛ دەستم کرد بە گەشتکردن بەنێو وڵاتان و زەریاکاندا کە پێنج ساڵی خایاند وەک ئەوەی یاریی بازهەڵدان بکەم، لە ماوەی ئەو ساڵانەدا پەنجا و پێنج وڵات گەڕام، دەیان هاوڕێم بۆ دروست بوو و خۆم لە باوەشی ژمارەیەک لە ئافرەتاندا دەبینییەوە کە زوو زوو دەمگۆڕین، بەڵکوو هەندێکیانم لەبیر دەکرد کاتێ لە وڵاتێک دەچووم بۆ وڵاتێکی تر.

ژیانێکی نامۆ و پڕاوپڕ و سەرنجڕاکێش بوو، هەروەها پڕ بوو لە ئەزموونی گەورە سەرەڕای حاڵەتی «فڕین»ی ڕووکەشانە بۆ سڕکردنی ئازارە نێژراوەکانم. ئەو ئەزموونانە بۆ من زۆر قووڵ بوون، بەڵام لە هەمان کاتدا بێمانا بوون، هەتا ئەمڕۆش هەر بەو شێوەیەن لەلام. بەشێک لە گرنگترین وانەکانی ژیانم لەوێوە فێر بووم و هەندێک لەو ساتانە بوونە هۆی دروستبوونی کەسایەتیم لە میانەی گەشتەکانم لەو ماوەیەدا، بەڵام لە هەمان کاتدا بەشێک لە زۆرترین قۆناغەکانی کات و وزە بەسەربردنیشی لەخۆ گرتبوو.

ئێستا لە نیویۆرک دەژیم، خانوو و کەلوپەل و وەسڵی کارەبا و هاوسەرم هەیە، هیچ یەکێک لەو شتانە بە نایاب و سەرنجڕاکێش دانانرێت. من پێم خۆشە کارەکان بەو شێوەیە بن، لەبەر ئەوەی گەورەترین وانە کە لە ئەزموونەکانمەوە فێری بووم لەدوای هەموو ساڵە هەژێنەرەکان؛ بەم شێوەیەیە: ئازادیی ڕەها، خۆی لە خۆیدا هیچ مانایەکی نییە!

ئـازادی؛ هەلی بەدەستهێنانی بڕێکی زۆر لە واتا بە مرۆڤ دەبەخشێت، بەڵام خودی ئازادی مەرج نییە شتێکی واتاداری تێدا

Scanned with CamScanner

بێت. لە کۆتاییشدا ڕەتکردنەوەی هەندێک لە هەڵبژاردنەکان، تاکە ڕێگا دەبێت بۆ هێنانەئارای واتا و گەیشتنی مرۆڤ بەو قۆناغەی هەست بە گرنگیی ژیانی بکات، واتە ئەمە تەسککردنەوەی مەودای ئازادییە، ئەویش بریتییە لە هەڵبژاردنی مرۆڤ لە ژیانیدا بۆ ئەوەی پابەندی یەک شوێن و یەک بیروباوەڕ بێت یان.... یەک کەس!

ئەم تێگەیشتنەم بۆ دروست نەبوو، دوای ئەو چەند ساڵەی گەشتەکانم نەبێت. هەروەک لە زۆربەی زیادەڕەویکردنەکان لە ژیاندا ڕوو دەدات، پێویست دەبێت خۆتی تێدا نقوم بکەیت بۆ ئەوەی بزانیت کە ئەوە بەختەوەرت ناکات. ئەمە بوو گەشتکردن بەلای منەوە. لەگەڵ گەیشتنم بە وڵاتی پەنجا و سێیەم، پاشان پەنجا و چوارهەم، پاشان پەنجا و پێنجەم، بۆم دەرکەوت کە کەمیی ئەزموونەکانم، لەگەڵ ئەوەی ئەزموونی مەزن و وورووژێنەر بوون، بەڵام ناوەڕۆکێکی ڕاستەقینەیان هەیە. لە کاتێکدا ئەو هاوڕێیانەم کە لە نیشتمان جێم هێشتبوون، جێگیر دەبوون و ژنیان دەهێنا و خانوویان دەکڕی و کاتەکانیان دەبەخشی بە دامەزراندنی کۆمپانیای گرنگ یان مەسەلە سیاسییەکان، بەڵام من لەو کاتەدا لە دەرچەیەکی خێرای ئاسانەوە بازم دەدا بۆ دەرچەیەکی خێرای ئاسانی تر.

لە ساڵی ۲۰۱۱دا گەشتم کرد بۆ سان بترس بۆرگ لە ڕووسیا، خواردنەکەی خراپ بوو، هەروەها کەشوهەوای ناخۆش بوو (بەفر بە مانگی ئایاردا؟ سوعبەت دەکەن؟)، شوقەکەشم خراپ بوو، هیچ شتێکی باشم نەبینی، نرخەکان زۆر گران بوون، خەڵکەکەی وەک لاشەیەک وا بوون بۆنێکی نامۆیان لێ دەهات، کەسم نەبینی زەردەخەنەیەک بکات، هەموویان شەرابی زۆریان دەخواردەوە... بەڵام من ئەمەم پێ خۆش بوو، گەشتەکەم بۆ ئەو شارە؛ یەکێک

بوو لە باشترین گەشتەکانم.

لە کلتووری ڕووسیدا بڕێک لە ڕاشکاویی توندی تێدایە کە خۆرئاواییەکان بە شێوەیەکی هەڵە لێی تێدەگەن، لەوێ هیچ شوێنێک نییە بۆ دەربڕینی سۆزی ساختە و ئەدەبنواندن لە دەربڕیندا کە لای خۆمان وەک تۆڕی جاڵجاڵۆکە لە هەموو شوێنێکەوە پێچی خواردووە. لەوێ مرۆڤەکان بۆ کەسانی بێگانە زەردەخەنە ناکەن، گەر حەزی لە شتێک نەبێت؛ خۆی وا دەرناخات کە حەزی لێیەتی. لە ڕووسیا ئەگەر شتێکی بێعەقڵانە هەبوو؛ ئەوە تۆ پێی دەڵێیت بێعەقڵانەیە، ئەگەر کەسێکی سووک و بێعەقڵت بینی؛ پێی دەڵێیت ئەوە سووک و بێعەقڵە، ئەگەر کچێکت دۆزییەوە و بۆت دەرکەوت لەگەڵیدا کاتێکی خۆش بەسەر دەبەیت؛ پێی دەڵێیت پێی سەرسامیت و کاتێکی خۆشی لەگەڵدا دەبەیتە سەر، جیاوازیی نییە ئەو کچە هاوڕێت بێت یان بێگانە بێت یان ژنێک بێت تەنها پێنج خولەک بێت لەسەر شەقامێک بینیبێتت.

لە ماوەی هەفتەی یەکەمم لەوێ، بەڕاستی هەموو ئەو شتانەم بە بێزارکەر دەبینی.

چووم بۆ خواردنەوەی قاوە لەگەڵ کچێکی ڕووسی، لەدوای سێ خولەک دانیشتنمان بەیەکەوە؛ کچەکە بە شێوەیەکی نامۆ سەیری کردم و پێی وتم ئەوەی وتت؛ شتێکی بێعەقڵانە بوو. خەیک بوو دەچوومە ناو قاوەکەوە، لە قسەکەیدا هیچ شێوازێکی دوژمنکارانەم بەدی نەکرد، بەڵکوو بە شێوەیەک وتی وەک ئەوەی ڕاستییەک لە ڕاستییە ئاساییەکانی ژیان بخاتە ڕوو، وەک ئەوەی باس لە کەشوهەوای ئەو ڕۆژە بکات یان ژمارەی پێڵاوەکانی... بەڵام من هەر حەپەسابووم، ئەمەش لەبەر ئەوەی ئێمە لە خۆرئاوا ئەم ڕاشکاوییە تا ئاستێکی زۆر بە ڕەفتارێکی دوژمنکارانە دەزانین،

بەتایبەت ئەگەر لەلایەن کەسێکەوە بێت کە ماوەیەکی کورتە بینیونە، بەڵام بابەتەکە لەوێ لەگەڵ هەمووان بەو شێوەیە بوو، هەموویان بە درێژایی کات قسەکانیان ڕاستەوخۆ بوو. لە ئەنجامی ئەمەشدا مێشکم کە لەسەر شێوازی خۆرئاوایی بەرنامەڕێژی کرابوو؛ وا هەستی دەکرد کە لە هەموو لایەکەوە هێرشی لەسەرە، هەستم بە کەمیی ئاسایش کرد کە لە هەندێک حاڵەت و بارودۆخدا هەڵدەچووە سەرەوە کە ساڵانێک بوو شتی وام نەبینیبوو.

بەڵام هەفتەکان بەدوای یەکدا ڕۆیشتن و لەگەڵ ڕاشکاویی ڕووسیدا ڕاهاتم هەروەک چۆن ڕاهاتم لەگەڵ ئاوابوونی خۆر لە نیوەی شەودا و ڕاهاتم لەگەڵ خواردنەوەی ڤۆدکا کە لەوێ دەخورایەوە وەک چۆن ئاوێکی سارد دەخورێتەوە. لەو کاتەدا تێگەیشتم لە ڕاستیی بابەتەکە: ئەوە دەربڕینێکی ڕووتە کە هیچی تێکەڵ نابێت، ئەوە ڕاستگۆییە بە تەواوی مانای وشەکە، هەروەها پەیوەندیکردنە بەبێ هیچ مەرجێک و بێ هیچ پابەندکردنێک و هیچ پاڵنەرێکی شاراوە... هیچ کەسێک وا مامەڵەت لەگەڵ ناکات وەک ئەوەی بیەوێت شتێکت پێ بفرۆشێت، هیچ کەسێکیش هەوڵی بێئومێدانە نادات بۆ ئەوەی ببێتە جێی سەرنجی خەڵکی.

لەدوای چەند ساڵێک لە گەشتی بەردەوام، بە جۆرێک چووم بۆ دوورترین شوێنەکان لە ئەمریکاوە و ژیام. بۆ یەکەم جار تامێکی تایبەتی ئازادی: توانای وتنی ئەوەی دەیبینم یان هەستی پێ دەکەم، بێ ئەوەی ترسم لە هیچ کاردانەوەیەک هەبێت، ئەمە جۆرێکی نامۆ بوو لە ئازادبوون لە ڕێی قبوڵکردنی ڕەتکردنەوە، لەبەر ئەوەی من کەسێکم کە زۆرینەی تەمەنم بێبەش بووم لەو جۆرە دەربڕینی ڕوون و ڕاشکاو (لە ئەنجامی ژیانێکی خێزانیی پڕ لە هەستە کپکراوەکان لە سەرەتاوە، پاشان لە ڕێی خۆدەرخستنم بە

متمانەیەکەوە کە زۆر بەوردی بەرهەمم هێنابوو)، ئەمە سەرخۆشی کردم وەک ئەوەی جۆرێک بێت لە باشترین جۆرەکانی ڤۆدکا. ئەو مانگەی لە سان بترس بۆرگ بووم؛ وەک هەورەبرووسکە بەخێرایی تێپەڕی، کاتێک ماوەکە تەواو بوو؛ هەستم دەکرد حەز ناکەم جێی بهێڵم.

گەشتکردن ئامرازێکی نایابە بۆ گەشەپێدانی خود، چونکە لە بەهاکانی کلتووری؛ خۆت دادەماڵیت و دەبینیت کە کۆمەڵگایەکی تر دەتوانن بە بەهای تەواو جیاوازەوە بژین، لەوەشدا سەرکەوتوو بوون بەبێ ئەوەی تاکەکانی ڕقیان لە خۆیان بێت. ئەم بەریەککەوتنە بۆ بەهای کلتوریی جیاواز و بە پێوەرە جیاوازەکانەوە، ناچارت دەکات پێداچوونەوە بەو شتانەدا بکەیت کە لە ژیانتدا بەلاتەوە ڕوون بوون، هەروەها بە بیرکردنەوە لەوەی شێوازی ژیانت مەرج نییە باشترین شێواز بێت بۆ ژیان. لەم حاڵەتەی مندا، ڕووسیا وای کرد چاوێک بە پەیوەندییەکانم بە سۆزی ساختەوە بگێرمەوە کە لەناو کلتووری ئینگلیزیدا زۆر باوە، وای کرد لە ناخمدا پرسیار بکەم کە ئایا ئەمە وا دەکات هەریەک لە ئێمە بەرامبەر ئەوانی تر کەمتر هەست بە ئارامی بکەین و کەمتر بتوانین پەیوەندییەکی دۆستانە لەگەڵیان دروست بکەین.

لەبیرمە ڕۆژێک لەگەڵ ئەو کەسەی فێری زمانی ڕووسیی دەکردم، گفتوگۆی ئەم شێوازەم کرد. ئەو بیردۆزێکی لەلا بوو کە سەرنجی ڕاکێشام، بە هۆی ئەوەی ڕووسەکان چەندین نەوە لەژێر سایەی شیوعیەتدا ژیاون؛ هەلە ئابوورییەکان لە بەردەمیاندا کەم بوون یان هەر نەبوون، سەرەڕای ئەوەش زیندانی کرابوون لە چوارچێوەی کلتووری ترسدا، بەلام کۆمەڵگەی ڕووسی ئەوەیان دۆزییەوە کە متمانە بەنرخترین دراوە. بۆ ئەوەی متمانە بنیات

Scanned with CamScanner

بنێیت؛ پێویستە ڕاستگۆ بێت، ئەمە واتە تۆ کاتێک کارە خراپەکان دەبینیت؛ بەدەم بیڵێیت، بێ ئەوەی هیچ داوای لێبووردنێک بکەیت. خستنەڕووی ئەم جۆرە لە حەقی ڕەق لەلایەن خەڵکەوە سوودی هەبووە لەبەر هۆکارێکی سادە، ئەویش ئەوەیە کارێکی پێویست بووە لە پێناو مانەوە: پێویستە بزانیت کێ متمانەی پێ دەکرێت و کێش ناتوانیت متمانەی پێ بکەیت، پێویستە لەسەرت بەخێرایی ئەوە بزانیت.

مامۆستا ڕووسییەکەم بەردەوامە لە ڕوونکردنەوەی بیرۆکەکەی و دەڵێت لە خۆرئاوای «ئازاد» هەلی زۆری ئابووری بەردەستە، بەڵکوو لێشاوێک لە هەلی ئابووری بوونی هەیە کە وا دەکات بەبەهاترینیان بۆ خۆت هەڵبژێریت بە ڕێگایەکی دیاریکراو، تەنانەت ئەگەر ئەو ڕێگایەش ساختە بێت، لەبری ئەوەی وەکوو ڕووسەکان هەڵسوکەوت بکەیت، متمانە بەهای خۆی لەدەست داوە، ئێستا ڕووکەشەکان و توانای ڕەواجپەیداکردن بووەتە پڕقازانجترین ڕێگا، ئێستا زانیاریی ڕووکەش لەلای ژمارەیەکی زۆری خەڵک سوودی زیاتری هەبووە لەو زانیارییە چەسپاوانەی لەلای ژمارەیەک لە خەڵکی بوونی هەیە.

ئەمە وای کردووە پێوەری بەکارهێنراو لە کلتوورە خۆرئاواییەکاندا ئەوە بێت بەدەم خەڵکییەوە پێبکەنیت و قسەی نەرمونیانیان بەرامبەر بکەیت، تەنانەت ئەگەر پێشت خۆش نەبێت ئەو کارە بکەیت، هەروەها درۆی بچووک بکەیت و هاوڕاییت بۆ کەسێک دەربڕیت کە لە ڕاستیدا لەگەڵی هاوڕا نییت، ئەمە وای کردووە هەندێک شت بکرێن کە لە ڕاستیدا پێویستیان پێی نییە. شێوازی بازاڕی ئابووری، هاندەرە بۆ ئەم جۆرە لە خەڵەتاندن.

بەڵام لایەنی خراپە لە خۆرئاوا ئەوەیە کە تۆ هەرگیز نازانیت،

ئایا دەکرێت متمانەیەکی تـەواو بـەو کەسە بکەیت کە قسەی لەگەڵ دەکەیت، بەڵکوو ئەم شێوازە هەندێک جار لەنێوان هاوڕێ ڕاستەقینەکانیشدا پیادە دەکرێت، تەنانەت لەنێوان ئەندامانی یەک خێزان. لە خۆرئاوا خۆت لەژێر فشارێکی گەورەدا دەبینیتەوە بۆ ئەوەی سەرنجی ئەوانی تر ڕابکێشیت، کە وا دەکات خەڵکی سەرلەنوێ هەموو کەسایەتیی خۆیان وێنە بکێشنەوە لەسەر شێوازی ئەو کەسەی مامەڵەی لەگەڵ دەکەن.

ڕەتکردنەوە ژیانت باشتر دەکات

وەک درێژکراوەیەک بۆ کلتوورەکەمان، کلتووری ئەرێنیبوون/ بەکاربردن، زۆرێک لە ئێمە تەڵقین دەکرێت بە بیروباوەڕێک کە کورتەکەی دەڵێت پێویستە لەسەرمان هەوڵ بدەین ئەرێنی بین و بە شێوەیەکی بنچینەیی هەموو شتێک قبوڵ بکەین تا ئەوپەڕی توانامان، ئەمە بەردی بناغەی زۆرینەی ئەو کتێبانەیە کە ناویان نـاون «کتێبەکانی بیرکردنەوەی ئەرێنی»: کـراوە بە بە ڕووی هەلەکاندا، ڕازی بە، بە هەموو شتێک و بە هەموو کەسێک بڵێ «بەڵێ».

بەڵام پێویستە شتێک ڕەت بکەینەوە، ئەگەرنا بەبێمانایی کات بەسەر دەبەین، ئەگەر شتێک نەبێت باشتر بێت لە شتێکی تر، یان لە شتێکی تر خوازراوتر بێت لـەلام. ئێمە کەسانێکی بەتاڵین و ژیانێکمان هەیە کە هیچ مانایەکی نییە، ئێمە کەسانێکین بەبێ بەها و ژیانێک دەبەینە سەر کە هیچ ئامانجێکی تێدا نییە.

زۆر جار خۆدزینەوە لە ڕەتکردنەوە (ڕەت بکەمەوە و ڕەت

Scanned with CamScanner

بکرێنەوە) دەخرێتە بەردەممان وەکوو ڕێگایەک کە هەست بکەین لە دۆخێکی باشتردایین، بەڵام خۆدزینەوە لە ڕەتکردنەوە ئەو خۆشحاڵییە کورت مەودایەت پێ دەدات بە هۆی دوورخستنەوەت لە وردەکاری و بێ هیچ سەرنجدانێک لەسەر ئاستی دوورمەودا.

ئەگەر نرخاندنێکی ڕاستەقینەت هەیە بۆ شتێک، پێویستە لەسەر ئەو شتە کورت هەڵبێنیت. ئاستێک لە دڵخۆشی و مانا هەیە لە ژیانتدا پێی ناگەیت، مەگەر دەیان ساڵ وەبەرهێنان لە وزە و کاتەکانتدا بکەیت لە یەک پەیوەندیدا یان لە یەک پیشەدا یان لە یەک ئارەزووی هونەریدا. تۆ ناتوانیت ئەو هەموو ساڵە بۆ ئەو شتە تەرخان بکەیت، بەبێ ڕەتکردنەوەی هەندێک هەڵبژاردنی تر.

هەڵبژاردنی بەهایەک بۆ خۆت؛ پێویستی بە ڕەتکردنەوەی بەهاکانی دیکە دەبێت، ئەگەر بڕیارم دا هاوسەرگیرییەکەم گرنگترین بەش بێت لە بەشەکانی ژیانم، ئەمە (بە ئەگەرێکی زۆر) مانای ئەوەیە ئاهەنگی شەوانە و سەرخۆشبوون ناکەمە بەشێک لە ژیانم، هەروەها ئەگەر بڕیارم دا خۆم بڕیار بۆ خۆم بدەم لە ڕوانگەی توانای خۆم بۆ دروستکردنی پەیوەندیی کراوە کە پشت بە ڕازیبوونی دوولایەنە ببەستێت، ئەمە واتە من پشتکردن لە هاوڕێکانم و خراپەکردن بەرامبەریان لە پاشملە ڕەت دەکەمەوە، ئەمانە هەموویان بڕیاری تەندروستن، بەڵام لە هەر پێچێکدا پێویستی بە ڕەتکردنەوەیەک هەیە.

بیرۆکەکە لێرەدا حەشار دراوە: پێویستە لەسەر هەموومان گرنگی بە شتێک بدەین بۆ ئەوەی بتوانین بەهایەکی تێدا ببینین، بۆ ئەوەی لە بابەتێک لە بابەتەکاندا بەها ببینین، پێویستە لەسەرمان ئەوەی تێیدا نییە؛ ڕەتی بکەینەوە. پێویستە هەموو شتێک ڕەت بکەمەوە کە (س)ی تێدا نەبێت، ئەگەر ویستم (س) بکەم بە بەهایەک

بۆ خۆم.

ئەم ڕەتکردنەوەیەش بەشێکی پێویست و جیانەکراوەیە لە پارێزگاریکردنمان لە بەهاکانمان، واتە لە شووناسمان، ئێمە خۆمان دیاریی دەکەین کە چی ڕەت دەکەینەوە، بەڵام ئەگەر هیچ شتێکمان ڕەت نەکردەوە (لەوانەیە ئەوە لە ئەنجامی ترسانمان بێت لەوەی ئێمەش ڕەت بکرێینەوە)؛ ئەوە واتای ئەوەیە بەرەهایی ئێمە هیچ شووناسێکمان نییە.

بەڵام حەزکردن لەوەی خۆت لە ڕەتکردنەوە بدزیتەوە تێچووەکەی هەرچەندێک بێت، حەزکردن لە خۆدزینەوە لە ڕووبەڕووبوونەوە و ململانێ، حەزکردن لە هەوڵدان بۆ ڕازیبوون بە هەموو شتێک بەیەکسانی و کارێک بکەیت کە هەموو شتەکان گونجاو و هەماهەنگ بن؛ ئەمانە حاڵەتێکی قووڵ و پیسن لە شێوەکانی هەستی بەرکەوتەیی زیاتر، لە کاتێکدا خاوەنی ئەم هەستکردنە بە بەرکەوتەیی زیاتر؛ وای دەبینن کە شیاوی ئەوەن بە درێژایی کات خۆیان وەک کەسێکی نایاب ببینن، دەبینین خۆیان لە ڕەتکردنەوەی هەموو شتێک دەدزنەوە، لەبەر ئەوەی ئەو ڕەتکردنەوەیە وا دەکات هەست بە خراپە بکەن، یان وا دەکات کەسانی تر لە دەوروبەریان هەست بە خراپە بکەن. لەبەر ئەوەی ئەو کەسانە خۆیان لە هەر ڕەتکردنەوەیەک بەدوور دەگرن؛ ژیانێکیان دەبێت بەبێ بەها، ژیانێک کە ملکەچە بۆ چێژ و ڕۆچوون لە خوددا، ئەوانە گرنگی بە هیچ شتێک نادەن جگە لە مانەوە لەو هەستەیاندا بۆ ماوەیەکی زیاتر و جگە لە خۆپاراستنیان لە حاڵەتی شکستە مسۆگەرەکان لە ژیانیاندا و خۆدەرخستن بە شێوەیەک کە هیچ جۆرێک لە جۆرەکانی ناڕەحەتی نازانن.

ڕەتکردنەوە؛ کارامەییەکە لە کارامەییەکانی ژیان، کارامەییەکی

گرنگە، بەڵکوو گرنگییەکەی یەکلاکراوەیە. هیچ کەسێک نایەوێت لە پەیوەندییەکدا گیر بخوات کە دڵخۆشی ناکات، هەروەها کەس حەز ناکات لە کارێکدا گیر بخوات کە پێی خۆش نییە و باوەڕی پێی نییە، هیچ کەسێک نییە بیەوێت کە نەتوانێت ئەوە بڵێت کە بیری لێ دەکاتەوە.

بەڵام خەڵکی لە واقیعدا ئەو شتانە هەڵدەبژێرن، ئەوان بە درێژایی کات ئەو شتانە هەڵدەبژێرن!

ڕاستگۆیی داخوازییەکی سروشتییە لای مرۆڤەکان، بەڵام بەشێک لەوەی کە ڕاستگۆ بین لە ژیانماندا، لەوەدا خۆی دەبینێتەوە کە ڕازی بین بە وتنی «نا» و ڕازی بین بە بیستنیشی، بەم ڕێگایەش ڕەتکردنەوە؛ پەیوەندییەکانمان باشتر دەکات و ژیانی هەستیاریمان تەندروستتر دەکات.

سنوور

لە سالانی زوودا دوو هەرزەکار هەبوون؛ کوڕێک و کچێک، دوژمنایەتییەکی توند لەنێوان خێزانەکانیاندا هەبوو، بەڵام کوڕەکە چوو بۆ ئاهەنگێک کە خێزانی کچەکە سازیان کردبوو، چونکە حەزی لە شتی بێعەقڵانە بوو، کچەکە بینیی فریشتەی ئارەزووەکانی گورانییە سازگارەکانی بۆ وت کە باسی لە مێینەیەتیی دەکرد و کەوتە داوی خۆشەویستیی ئەو کوڕەوە. بەو شێوەیە ڕووداوەکە هاتە ئاراوە. بڕیاریان دا بەیانیی ڕۆژی دواتر بەبێ دواکەوتن هاوسەرگیری بکەن، چونکە وەک دەزانن ئەمە بابەتێکی تەواو کرداری بوو بە تێڕوانین بۆ ئەوەی کە خێزانی هەریەکەیان هیچی نەدەویست جگە لە سەربڕینی ئەوی تریان. کات چەند ڕۆژێک باز

Scanned with CamScanner

دەدات بۆ پێشەوە، ئەو دوو خێزانە بە بابەتی هاوسەرگیرییەکە دەزانن و زۆر تووڕە دەبن. پاشان هاوڕێیەکی ئەو دوو هاوسەرە تازەیە دەمرێت و کچەکە زۆر خەفەتی بۆ دەخوات و ماددەیەک دەخواتەوە کە بە هۆیەوە دوو ڕۆژی تەواو خەوی لێدەکەوێت، بەڵام ئەوەی جێی داخە ئەو دوو هاوسەرە بچکۆلەیە هێشتا فێری شێوازەکانی پەیوەندیکردنی ڕوون لەنێوان هاوسەراندا نەبووبوون و کچەکە بیری چوو بە مێردە تازەکەی بڵێت کە ئەو ماددەیە دەخواتەوە، ئەمەش وا دەکات ئەو گەنجە بکەوێتە هەڵەوە و وا بزانێت کە ئەم حاڵەتی بێهۆشبوونەی کە ژنەکەی بەسەر خۆی هێناوە؛ حاڵەتێکی خۆکوشتنە. گەنجەکە بەتەواوی عەقڵی لەدەست دەدات و خۆی دەکوژێت، بە گومانی ئەوەی لەو جیهانەی دیکە لەگەڵی بێت... یان شتێکی لەو جۆرە. پاشان دوای دوو ڕۆژ کچەکە لە حاڵەتی بێهۆشییەکەی هەڵدەستێتەوە و دەبینێت کە مێردەکەی لە خەفەتی ئەم خۆی کوشتووە و هەمان ئەو بیرۆکەیەی بە مێشکی کوڕەکەدا هات، بەمێشکی ئەمیشدا دێت و خۆی دەکوژێت تاکوو لەو جیهانەی دیکە بەیەک بگەنەوە. چیرۆکەکە کۆتایی هات!

شانۆگەریی (ڕۆمیۆ و جولێت) بە هاوواتای «ڕۆمانسیەت»ی ناو ڕۆشنبیریی ئەمڕۆمان دادەنرێت. خەڵکی وا سەیری دەکەن کە یەکەم چیرۆکی خۆشەویستییە لەو جیهانەی بە ئینگلیزی قسە دەکات، وای دادەنێت کە نموونەیەکە و عاشقەکان چاوی لێ دەکەن، بەڵام کاتێ تێدەگەیت لەوەی لە چیرۆکەکەدا ڕوو دەدات؛ دەبینیت کە ئەو دوو هەرزەکارە بەتەواوی شێت بوون، خۆیشیان تەنها لەبەر ئەوە کوشتووە کە بەهانەیەک بێت بۆ ئەو شێتییەیان کە تووشیان بووە.

دارسون کسر پێی وایە شکسپیر چیرۆکی ڕۆمیۆ و جولێتی

نەنووسیوە بۆ ئەوەی خۆشحاڵی بۆ ڕۆمانسیەت دەرببڕێت، بەڵکوو بۆ ئەوە بووە گاڵتەی پێ بکات و بێعەقڵییە ڕەهاکەی دەربخات. شکسپیر نەیویستووە شانۆگەرییەک بێت بۆ بەرزڕاگرتنی خۆشەویستی، بەڵکوو بەتەواوی پێچەوانەکەی ویستووە. تابلۆیەکی گەورە بە گڵۆپی درەوشاوەی نیۆن کە لێی نووسراوە «دوور بکەودرەوە»، ئەو شریتە زەردە دەوری داوە کە پۆلیس دایدەنێت و لێی نووسراوە «ئەم شریتە تێمەپەڕێنە».

لە میانەی بەشی هەرە زۆری مێژووی مرۆڤایەتیدا، هیچ کاتێک وەکوو ئێستا خۆشەویستی جێگای شانازیکردن نەبووە. لە ڕاستیدا خەڵکی گەڕاونەتەوە بۆ ناوەڕاستەکانی سەدەی نۆزدە، یان شتێکی لەو شێوەیە، پێیان وایە خۆشەویستی هیچ پێویستییەکی نییە و بە بەربەستێکی دەروونیی چاوەڕوانکراوی مەترسیداری دەبینن کە دێتە ڕێی بابەتە گرنگترەکانی ژیان لە شێوەی کارکردنی باش لە کشتوکاڵدا، یان هاوسەرگیریکردن لەگەڵ کەسێک کە ڕانەمەڕێکی گەورەی هەبێت! زۆر کاتیش کوڕ و کچە گەنجەکان ناچار دەبن واز لە ئارەزووە ڕۆمانسییەکانیان بهێنن لە پێناو هاوسەرگیرییەکی کرداری لە ڕووی ئابوورییەوە، کە دەکرێت ئەم بابەتە سەقامگیرییەکی زیاتر بە خۆیان و خێزانەکانیان ببەخشێت.

بەڵام ئەمڕۆ ئێمە هەڵە زۆر دەکەین کاتێک ئەم جۆرە لە خۆشەویستیی شێتانە، دیاریکراوێکە لە دیاریکراوەکانی کلتوورەکەمان. هەتا خۆشەویستیی ڕۆمانسییش زیاتر درامی بێت، ئەوە باشترە! جا ئەگەر لە چیرۆکی خۆشەویستیی پەیوەست بە بین ئافلیک کە دەچێت بۆ لەناوبردنی ئەو هەسارۆچکەیە تا زەوی ڕزگار بکات لە پێناو ئەو ئافرەتەی خۆشی دەوێت، یان ئەو خۆشەویستییەی کە وای کرد میل جیبسۆن لە کاتی ئەشکەنجەدانی

تاکوو مردن لەلایەن ئینجلیزەوە وێنەی ژنەکەی بهێنێتە پێش چاوی خۆی کاتێک دەستدرێژیی دەکرێتە سەر و پاشان دەکوژرێت، یان خۆشەویستیی ئەو جنۆکە بچووکەی دەستبەرداری نەمرییەکەی دەبێت بۆ ئەوەی لەگەڵ ئاراگۆن بمێنێتەوە لە فیلمی (پادشای ئەنگوستیلە)، یان هەر شتێک لەو کارە کۆمیدییە ڕۆمانسییە بێعەقڵانانەی کاتێک جیمی فالون هەڵدەستێت بە ساختەکردنی بلیتی یارییەکانی تیپی (ڕێد سوکس)، لەبەر ئەوەی (درو باریمۆر) چەند پێداویستییەکی هەیە، یان هەر شتێکی هاوشێوەی ئەوە.

ئەگەر ئەم شێوەیە لە خۆشەویستیی ڕۆمانسی شتێکی وەکوو کۆکایین بووایە، ئەوا ئێمە هەموومان (وەک کلتوور) وەکو تۆنی مۆنتانا دەبووین لە فیلمی (سکارفیس): ڕووخسارمان لە کێوێک لەو کۆکایینەدا نقوم دەکرد و هاوارمان دەکرد: «بە هاوڕێکەم بڵێن چۆنی!»

کێشەکە ئەوەیە لێرەدا ئەوەمان بۆ دەردەکەوێت کە ئەو خۆشەویستییە ڕۆمانسییە؛ شتێکی هاوشێوەی کۆکاینە، بگرە تا ئاستێکی مەترسیدار هاوشێوەی کۆکاینە، ئەو هەمان ئەو بەشانەی مێشکمان دەورووژێنێت کە کۆکاین دەیورووژێنێت، وا دەکات لە بەرزیدا بفڕیت و هەستێکی جوانت بۆ دروست ببێت لە دەرەوەی کات، بەڵام کۆمەڵێک کێشەت بۆ دروست دەکات زیاتر لەوەی چارەسەری بکات، هەروەکوو کۆکاین هەمان کارت لەسەر دەکات.

پاشان بەشی هەرە گەورەی ئەو ڕەگەزانەی خۆشەویستیی ڕۆمانسی لە پشتەوە هەوڵی بۆ دەدات (خستنەڕووی ڕۆمانسیەتی سۆزداری کە هەستەکان دەجووڵێنێت، هەروەها ئەو حاڵەتە بێسەروبەرە شێتانەیە لە ژیانەوە و خەمۆکیی کتوپڕ)، ناتەندروستە و دەربڕینێکی ڕاستەقینەی خۆشەویستی نییە. لە ڕاستیدا هەموو

ئەوانە هیچ نین جگە لە شێوەیەکی تر لە هەستکردن بە بەرکەوتەیی زیاتر، کە لە ڕێی پەیوەندییە سۆزدارییەکانەوە لەگەڵ خەڵکی دەردەکەویت.

دەزانم ئێستا بیر لە چی دەکەنەوە: ئەم قسانە وا دەکات وەک کەسێکی بێزارکەر دەربکەوم نەک زیاتر، ئەم کەسە کێیە کە ئەو قسە خراپانە دەکات لە بارەی خۆشەویستیی ڕۆمانسییەوە؟ بەڵام... تا کۆتایی گوێم بۆ بگرن.

لە ڕاستیدا شێوازی تەندروست و شێوازی ناتەندروست لە خۆشەویستیدا هەیە، خۆشەویستیی ناتەندروست لەسەر بوونی دوو کەس وەستاوە کە هەوڵی خۆدەربازکردن دەدەن لە کێشەکانیان لە ڕێگای دەربڕینی هەستوسۆز و لەبەرامبەر یەکتردا، بە دەربڕینێکی تر: هەریەکەیان ئەوی تر وەک دەربازکەرێک بەکار دێنن، بەڵام خۆشەویستیی تەندروست لەسەر بوونی دوو کەس وەستاوە کە هەریەکەیان دەزانێت کێشەکانی چین و دانیان پیدا دەنێت و مامەڵەی لەگەڵ دەکات بە یارمەتیی ئەوی تر.

جیاوازیی نێوان خۆشەویستیی تەندروست و خۆشەویستیی ناتەندروست تەنها لەم دوو خاڵەدایە:

ئاستی قبوڵکردنی بەرپرسیاریتی بە شێوەیەکی باش لەلایەن هەریەک لە لایەنەکانی ئەو پەیوەندییەوە.

ئامادەگیی هەریەکەیان لە خستنەڕووی ڕەتکردنەوە بەرامبەر هاوبەشەکەی و ڕازیبوون بە ڕەتکردنەوەش.

لە هەر شوێنێک پەیوەندییەکی ژەهراویی ناتەندروست هەبێت، هەستکردنێکی کەم و لاواز بە بەرپرسیاریتی لای هەردوولا بوونی هەیە، هەروەها نەبوونی توانا بۆ ڕەتکردنەوە و ڕازیبوون بە ڕەتکردنەوە، بەڵام لە هەر شوێنێک پەیوەندییەکی تەندروست

Scanned with CamScanner

هەبێت کە خۆشەویستیی ڕاستەقینەی تێدا بێت؛ سنووریکی ڕوون لەنێوان ئەو دوو کەسە و بەهاکانیاندا دەبێت، هەروەها گۆڕەپانێکی کراوە هەیە بۆ ڕەتکردنەوە و ڕازیبوون بە ڕەتکردنەوە هەر کاتێک کە ڕەتکردنەوە پێویست بێت.

مەبەستم لە وشەی (سنوور)، کێشانی هێڵێکە لەنێوان بەرپرسیاریتیی ئەو دوو کەسە لە کێشەکانیان. ئەو کەسانەی لە پەیوەندییەکی تەندروستدا دەژین کە سنوورەکانی ڕوون و بەهێزن؛ بەرپرسیاریتیی بەها و کێشەکانیان دەگرنە ئەستۆ و خۆیان بە بەرپرس نازانن لە بەهای هاوبەشەکانیان و کێشەکانیان، بەڵام ئەوانەی لە پەیوەندییەکی ژەهراویدا دەژین؛ ئەو جۆرە سنوورانە تیایدا زۆر لاوازن یان هەر نین، ئەو کەسانە هەمیشە لە هەوڵدان بۆ خۆدزینەوەیان لە بەرپرسیاریتی لە کێشەکانیان و خۆیان بە بەرپرسیار دەزانن لە کێشەی هاوبەشەکانیان.

شێوەی ئەو سنوورە لاواز و خراپانە چۆنن؟ ئەمە چەند نموونەیەکە.

«ناتوانیت جگە لە من، لەگەڵ هاوڕێکانت بچیتە دەرەوە. تۆ دەزانیت من زۆر غیرە دەکەم، پێویستە لەگەڵ من لە ماڵەوە بمێنیتەوە.»

«هاوڕێیانم لە شوێنی کارەکەم بێعەقڵن، هەمیشە لە کۆبوونەوەکان دوام دەخەن، چونکە پێویستە لەسەرم بۆیان شی بکەمەوە کە چۆن کارەکانیان بکەن.»

«ناتوانم باوەڕ بکەم کە چەندە لەبەردەم خوشکەکەمدا بێعەقڵ دەرتخستم، ئیتر لەمەودوا هەرگیز دژایەتیم مەکە کاتێ کە خوشکەکەم لێرە بوو.»

«دەمەوێت بڕۆم بۆ ئەو کارە لە میلواکی، بەڵام دایکم هەرگیز

Scanned with CamScanner

ئیم نابووریت ئەگەر بچم بۆ شوێنێک کە تا ئەو ئاستە لێی دوور بم.»

«دەتوانم لەگەڵتدا بۆ ژووانێک بێمە دەرەوە، بەڵام داوات لێ دەکەم سینديی هاوڕێم ئاگادار مەکە! ئەو هەست بە دڵەڕاوکێیەکی ڕاستەقینە دەکات، کاتێک بزانێت من هاوڕێی کوڕم هەیە و ئەو نییەتی.»

لە هەر سیناریۆیەک لەو سیناریۆیانەدا دەبینین کە قسەکەر؛ خۆی وەک بەرپرس لە کێشەکانی بەرامبەر دەخاتە ڕوو، یان هەستەکان، نەک کێشەکان و هەستەکانی خۆی، یان داوا لەبەرامبەر دەکات کە بەرپرسیاریتیی کێشەکانی هەڵبگرێت (یان هەستەکانی).

بە شێوەیەکی گشتی ئەو کەسانەی ئەم جۆرە هەستی زیادە بەرکەوتەیان هەیە، دەکەونە یەکێک لەم تەڵانەوە لە میانەی پەیوەندییە سۆزدارییەکانیاندا، یان چاوڕێن لایەنی بەرامبەر؛ بەرپرسیاریتیی کێشەکانی ئەمان هەڵبگرێت: «حەزم دەکرد پشووی کۆتایی هەفتەیەکی خۆش لە ماڵەوە بەسەر بەرم، تۆش پێویست بوو لەسەرت ئەوە بزانیت کە هەموو پرۆژەکانی دیکەت هەڵوەشێنیتەوە.» یان ئەوەتا بەرگەی برێکی زۆر لە کێشەکانی لایەنی بەرامبەریان بگرن: «دووبارە کارەکەی لەدەست دا، بەڵام وا هەست دەکەم تاوانی من بوو، چونکە بەپێی پێویست پشتیوانی نەبووم. سبەینێ لە نووسینەوەی ژیاننامەی خۆیدا یارمەتیی دەدەم لە پێناو هەنگاونان بۆ کارێکی نوێ«.

خاوەنی هەستی بەرکەوتەی زیاتر لە پەیوەندییەکانیاندا؛ یەکێک لەم دوو ستراتیژە پیادە دەکەن هەروەک لە هەموو شتێکی تردا پیادەی دەکەن، چونکە ئەمە یارمەتییان دەدات لە خۆدزینەوە لە گرتنەئەستۆی بەرپرسیاریتییەکانیان، لە ئەنجامی

ئەمەشەوە پەیوەندییەکانیان ساختە و فشەڵ دەبن کە لە ئەنجامی هەوڵدان بۆ خۆدزینەوە لە ئازاری ناوخۆیی پەیدا دەبێت، لەبریی نرخاندنی ڕاستەقینەی هاوبەشەکانیان لەو پەیوەندییەدا و لەبریی سەرسامبوون پێیان.

بەو بۆنەیەشەوە ئەمە تەنها لە پەیوەندییە ڕۆمانسییەکاندا تەشەنە ناکات، بەڵکوو کار دەکاتە سەر هاوڕێیەتی و پەیوەندییە خێزانییەکانیش. لەوانەیە دایکێکی «زاڵ» هەوڵ بدات بەرپرسیارێتیی کێشەکان لە ژیانی کوڕ و کچەکانیدا بگرێتە ئەستۆ، لەو حاڵەتەدا هەستکردنی بۆ بەرکەوتەی زیاتر کار دەکات بۆ هاندانی هەستکردن بۆ بەرکەوتەی زیاتر لەلای منداڵەکانی، چونکە ئەوان بەو بڕوایەوە گەورە دەبن کە پێویستە لەسەر کەسانی تر بەبەردەوامی بەرپرسیارێتیی کێشەکانیان بگرنە ئەستۆ.

(ئەمە وا دەکات کێشەکان لە پەیوەندییە سۆزدارییەکانتدا تا ئاستێکی نامۆ هاوشێوەی ئەو کێشانە بێت کە لە پەیوەندیی نێوان دایک باوکتدا هەیە!)

کاتێک تۆ مەودای ناڕوونت هەیە کە پەیوەستە بە هەستەکانت و هەڵچوونەکانت (ئەو مەودایانەی کە ڕوون نییە کێ لە چی بەرپرسە، ئایا هەڵەی ئەم یان ئەو چییە، هەروەها بۆچی ئەو کارانە دەکەن کە دەیکەن)، ئەوا تۆ هەرگیز ناتوانیت گەشە بە بەهای بەهێز بدەیت لە پێناو خۆتدا. تاکە بەهای تۆ ئەوە دەبێت هەوڵ بدەیت هاوبەشەکەت بەختەوەر بێت، یان تاکە بەهات ئەوە دەبێت کە هاوبەشەکەت بەختەوەرت بکات.

بەڵام ئەمە سەر دەکێشێت بۆ داڕووخان و بەزینی دەروونی، بە شێوەیەکی سروشتی هەروەک ئەو پەیوەندییانەی بەم جۆرە لە ناڕوونی جیا دەکرێنەوە بەگشتی بە کەوتن و داڕووخان کۆتاییان

Scanned with CamScanner

دێت لەگەڵ هەموو ئەوانەی هاوشانین لە دراما و یارییە ئاگرینەکان.

خەڵکی ناتوانن کێشەکانت چارەسەر بکەن، پێویستیش نییە لەسەریان هەوڵی چارەسەرکردنیان بدەن، لەبەر ئەوەی ئەو کارە بەختەوەرت ناکات، تۆش ناتوانیت کێشەکانی خەڵکی چارەسەر بکەیت، لەبەر ئەوەی ئەم کارە بەختەوەریان ناکات. پەیوەندیی ناتەندروست تێڕوانینی دوو کەسە کە هەریەکەیان هەوڵی چارەسەرکردنی کێشەی ئەوی تریان دەدات بۆ ئەوەی دڵخۆش بێت، بەڵام پەیوەندیی تەندروست ئەوەیە کە هەر لایەک خۆی کێشەکانی خۆی چارەسەر بکات، بۆ ئەوەی هەریەکەیان بەرامبەر ئەوی تر هەست بە باشە بکات.

دانانی سنووری تەندروست؛ بە واتای ئەوە نایەت یارمەتیی پێشکەشی هاوبەشەکەت نەکەیت، هەروەها بە واتای ئەوەش نایەت کە یارمەتی وەرنەگریت، پێویستە لەسەر هەردوو لا یارمەتیی لایەنی بەرامبەر بدەن، بەڵام ئەمە دەبێت تەنها کاتێک ڕوو بدات کە تۆ هەڵیدەبژێریت یارمەتیی بدەیت و تەنها لەبەر ئەوەی تەنها تۆ هەڵیدەبژێریت، نەک وا هەست بکەیت کە یارمەتیدان ئەرکێکە لەسەرت یان مافێکی تۆیە.

کەسانی خاوەن هەستی بەرکەوتەی زیاتر کە سەرکۆنەی کەسانی تر دەکەن لەسەر هەڵچوون و هەست و کردەوەکان، لەو بڕوایەوە دێت کە پێیان وایە ئەگەر کارێکی وا بکەن هەمیشە لە ئازاردا بژین و وەک قوربانییەک ئەم کارە بکەن؛ لە کۆتاییدا کەسێک دێت و ڕزگاریان دەکات و ئەو خۆشەویستییەیان دەست دەکەوێت کە بەبەردەوامی ویستبوویان.

کەسانی خاوەن هەستی بەرکەوتەی زیاتر کە سەرکۆنەی خۆیان دەکەن لەسەر کارەکانی کەسانی تر و هەست و هەڵچوونەکانیان،

لەو بڕوایەوە دێت کە پێیان وایە ئەگەر «دۆخەکە چاک بکەنەوە» بۆ کەسی بەرامبەر و ڕزگاری بکەن؛ ئەوا ئەو ڕێز و خۆشەویستییە بەدەست دەهێنن کە ویستوویانە بەبەردەوامی.

ئەمانە بوون لایەنە ڕوون و لایەنە تاریکەکەی هەر پەیوەندییەکی ژەهراوی، ئەمانەن نەرمینوێن و نەرمی بۆ نوێنراون لەو پەیوەندییەدا: قوربانی و ڕزگارکەر، ئەو کەسەی ئاگرێک دەکاتەوە، چونکە ئەمە وا دەکات گرنگیی زیاتر بێت، هەروەها ئەو کەسەی ئاگرەکە دەکوژێنێتەوە، لەبەر ئەوەی ئەم کارە وا دەکات گرنگتر دەربکەوێت.

زۆر جار کێشکردنێکی بەهێز هەیە لەنێوان ئەم دوو جۆرە لە کەسەکان، زۆر جاریش بەوە کۆتایی دێت کە بەیەکەوە بن، نیشانەکانی نەخۆشی لە هەردووکیاندا بەتەواوی لە یەک دەچێت، زۆربەی کاتیش ئەم جۆرە کەسانە لەسەر پشتی دایک و باوکێک بەخێو کراون کە هەریەکەیان ئەم خەسڵەتانەیان تێدا دەرکەوتووە، بەم شێوەیەش نموونەیان بۆ پەیوەندییەکی بەختەوەرانە لەسەر هەستکردن بە بەرکەوتەیی زیاتر و لاوازیی سنوور وەستاوە.

بەڵام ئەوەی جێی داخە هەر هاوبەشێک لەو هاوبەشانە شکست دەهێنێت لە وەڵامدانەوەی پێداویستییە ڕاستەقینەکانی لایەنی بەرامبەر. لە ڕاستیدا ئەم شێوازە لە خەتابارکردن و زیادەڕۆیی لە ڕازیبوون بە سەرزەنشت، کار دەکات لەسەر بەردەوامبوونی هەستکردن بە بەرکەوتەیی زیاتر و بەو بەها خودییە نزمەی ڕێگا نادات هەر کامیان پێویستییە سۆزداری و هەستییەکانیان بخەنە ڕیزەی پێشەوە. قوربانی کار دەکات بۆ دروستکردنی کێشەی زیاتر و زیاتر کە پێویستە چارەسەر بکرێن... نەک لەبەر ئەوەی کێشەی نوێ سەریان هەڵداوە، بەڵکوو لەبەر ئەوەی ئەمە وا دەکات

Scanned with CamScanner

ئەو گرنگیپێدان و سۆزە بەدەست بهێنێت کە تامەزرۆیەتی. بەڵام ڕزگارکەر یەک لەدوای یەک کێشەکان چارەسەر دەکات... نەک لەبەر ئەوەی بەڕاستی گرنگی بەو کێشانە دەدات، بەڵکوو لەبەر ئەوەی بڕوای وایە پێویستە کێشەیەکی دیکە چارەسەر بکات بۆ ئەوەی شیاوی گرنگیپێدان و سۆز بێت. لە هەردوو حاڵەتەکەدا مەبەستەکە خۆپەسەندییە، هەروەها مەرجدارە، سەرەڕای ئەوەش جۆرێکە لە وێرانکردنی خۆیی کە خۆشەویستیی ڕاستەقینە لە حاڵەتی دەگمەندا نەبێت؛ بەخۆیەوە نابینێت.

ئەگەر بەڕاستی قوربانی ڕزگارکەرەکەی خۆش ویست، ئەوا پێی دەڵێت: «سەیر کە، ئەوە کێشەکەمە، تۆ ناچار نیت لەبەر من چارەسەری بکەیت، تەنها کاتێک بینیت خۆم چارەسەری دەکەم؛ یارمەتیم بدە.» ئەمە دەربڕینێکی ڕاستەقینە دەبێت لە بارەی خۆشەویستی: خۆت بەرپرسیاریتیی کێشەکانت بخەرە ئەستۆ و هاوبەشەکەت مەکە بە بەرپرس لە کێشەکانت.

ئەگەر ڕزگارکەر بەڕاستی ویستی قوربانییەکە ڕزگار بکات، پێی دەڵێت: «سەیر کە، تۆ لە بارەی کێشەکانی خۆتەوە سەرزەنشتی کەسانی تر دەکەیت، پێویستە خۆت مامەڵە لەگەڵ ئەو بابەتە بکەیت.» ئەمەش دەربڕینێکی ڕاستەقینە دەبێت لە بارەی خۆشەویستی، ئەگەرچی شێوەی ئەم دەربڕینە کەمێک نامۆ بێت: یارمەتیدانی ئەوی تر لە چارەسەرکردنی کێشەکانی.

لەبری ئەوە، دەبینین قوربانی و ڕزگارکەر هەریەکەیان ئەوی تر بەکار دێنێت بۆ گەیشتن بە حاڵەتی جۆرێک لە حاڵگرتنی هەستەکان، واتە بۆ دەرچەیەکی خێرای ئاسان، ئەمە هاوشێوەی جۆرێک لە ئالوودەبوونە کە هەریەکە لە لایەنەکان؛ لایەنی بەرامبەری دەکاتە وەڵامدەرەوە و تێرکردنێک بۆ خۆی. جیاوازییەکە لەوەدایە کە

ئەو کەسانە کاتێک یەکێکیان لەگەڵ کەسێکی تەندروست لە ڕووی هەست و سۆزدارییەوە بۆ ژووانێک دەچێتە دەرەوە، هەست بە ئازار و نەبوونی «کیمیا» دەکەن لە نێوانیاندا. ئەوان لە ڕووی هەستەکانەوە کەسانی تەندروست تێدەپەڕێنن لەو کەسانەی هەستێکی ناوخۆییان هەیە بۆ ئارامیی سۆزداری و هەڵچوونی، لەبەر ئەوەی بوونی سنوورە ئاشکراکان لەلای هاوبەشی ژیان کە بەتەواوی هەست بەو ئارامییە بکات؛ وەک پێویست سەرنجڕاکێش نییە بۆ بەرهەمهێنانی ئەو حاڵگرتنە بەردەوامانەی کە پێویستن بۆ کەسانی خاوەن هەستی بەرکەوتەیی زیاتر.

بەڵام قوربانییەکان، قورسترین شت بەلایانەوە لەم جیهانەدا بریتییە لە گرتنەئەستۆی بەرپرسیارێتیی کێشەکانیان، ئەوان هەموو تەمەنیان بەو بڕوایەوە بەڕێ دەکەن کە کەسانی تر بەرپرسن لە چارەنووسیان. زۆر جار هەڵگرتنی هەنگاوی یەکەمیان بۆ لەئەستۆگرتنی بەرپرسیارێتی؛ دەبێتە سەرچاوەی ترسێکی گەورە بۆیان، هەروەک قورسترین شت لە جیهاندا بەلای ڕزگارکەرانەوە بریتییە لە وازهێنان لە هەڵگرتنی بەرپرسیارێتیی کێشەکانی کەسانی تر. ئەو کەسانە هەموو ژیانیان بەوە بەڕێ دەکەن کە هەست بە نرخاندن و پێزانین و خۆشەویستی دەکەن، تەنها لەبەر ئەوەی کەسانێکی دیکە ڕزگار دەکەن... هەربۆیە وازهێنانیان لەم پێویستییە، کارێکە کە بۆ ئەمانیش مایەی ترس و شڵەژانە.

ئەگەر قوربانیت دا لە پێناو کەسێک کە بەلاتەوە گرنگ بوو؛ ئەوا پێویستە کاتێک ئەوە ڕوو بدات کە خۆت دەتەوێت ڕوو بدات، نەک بە ئەرکێکی خۆتی بزانیت یان ترست هەبێت لە کاردانەوەکانی ئەنجامنەدانی. ئەگەر هاوبەشەکەشت لە پێناوی تودا قوربانیی دا؛ پێویستە ئەو قوربانیدانە لە حەزێکی ڕەسەنی خۆیەوە سەرچاوەی

Scanned with CamScanner

گرنبێت، نەک بە هۆی تورەبوونی تۆ یان هەستکردنت بە تاوانەوە یاری بە هەستەکانی ئەو بکەیت بۆ ئەوەی ئەو قوربانیدانەی ئەو بەدەست بهێنیت. ئەو کارانەی لە ئەنجامی خۆشەویستییەوە دێنە ئاراوە، هیچ بەهایەکیان نییە مەگەر ئەوەی بێ مەرجی پێشوەختە و بێ پێشبینیی چاوەڕوانکراو بن.

ڕەنگە بەلای خەڵکەوە قورس بێت جیاوازی بکەن لەنێوان ئەنجامدانی کارێک لە ڕوانگەی هەستکردن بەوەی ئەرکێکە و هەروەها بەئارەزوومەندانە، بەڵام تاقیکردنەوەیەک ئەمە ئاشکرا دەکات: پرسیار لە خۆت بکە: «ئەگەر ڕەتت کردەوە، کاریگەریی ئەو ڕەتکردنەوەیە چی دەبێت لەسەر پەیوەندییەکەتان؟»، هەروەها بپرسە: «ئەگەر هاوبەشەکەم ئەوەی من دەمەوێت ڕەتی کردەوە، کاریگەریی ئەو ڕەتکردنەوەیە چی دەبێت لەسەر پەیوەندیی نێوانمان؟»

ئەگەر وەڵامەکە ئەوە بێت کە ڕەتکردنەوەکە تەقینەوەیەکی دراماتیکی دروست دەکات کە قاپە فەخفوورییەکانی تێدا دەشکێت؛ ئەمە ئاماژەیەکی خراپە بۆ پەیوەندییەکەت، پێت دەڵێت کە پەیوەندییەکەت مەرجدارە، هەروەها لەسەر چەند دەستکەوتێکی ڕووکەشانە وەستاوە کە هەریەکەتان لەوی ترەوە دەستی بکەوێت لەبریی ئەوەی ڕازیبوونێکی دوولایەنەی بێمەرج بێت (واتا هەر لایەک، لایەکەی دیکەی قبوڵ بێت بە کێشەکانیەوە).

ئەو کەسانەی سنووری بەهێز و ئاشکرایان هەیە؛ ترسیان نییە لە نۆرەی توورەبوونی میزاجی یان دەمەدەمێ یان هەندێک ئازار، بەڵام خاوەنی سنووورە لاواز و شڵۆقەکان لەو شتانە دەترسن و هەمیشە هەوڵ دەدەن ڕەفتارەکانیان بگۆڕن بۆ ئەوەی بگونجێت لەگەڵ حاڵەتەکانی هەڵکشان و داکشانی لایەنی بەرامبەری

پەیوەندییەکەیان.

خاوەنی سنووورە بەهێزەکان تێدەگەن لۆژیکی نییە کە هەر لایەک لە لایەکانی پەیوەندییەکە، پێشبینیی ئەوە بکات وەڵامی هەموو پێویستی و ئارەزووەکانی لایەنی بەرامبەر بە شێوەیەکی تەواوەتی بداتەوە.

هەروەها تێگەیشتوون کە دەکرێت هەستەکانی کەسێک لە کاتێکدا بریندار بکەن، بەڵام لەوەش تێدەگەن کە ناتوانن ئەوە دیاری بکەن کە خەڵکانی تر هەستیان چۆنە. هەروەها خاوەنی سنوورە بەهێزەکان تێدەگەن لەوەی پەیوەندیی تەندروست و بێکێشە ئەوە نییە هەریەک لە لایەنەکان کۆنترۆڵی هەستەکانی لایەنی بەرامبەر بکات، بەڵکوو ئەوەیە کە هەر هاوبەشێک پشتیوانیی هاوبەشەکەی بکات لە گەشەکردنی تاکەکەسی و چارەسەرکردنی کێشەکانیدا لەلایەن خۆیەوە.

ناکرێت گرنگییەکی تەواو بدەیت بەو شتانەی هاوبەشەکەت گرنگییان پێ دەدات، بەڵکوو بابەتەکە لەسەر ئەوە وەستاوە کە گرنگی بە هاوبەشەکەت بدەیت بەبێ لەبەرچاوگرتنی ئەوەی گرنگی بە چی دەدات و بە چیی نادات، ئەمەیە خۆشەویستیی بێمەرج!

چۆنێتیی دروستکردنی متمانە

ژنەکەم یەکێکە لەو کەسانەی کاتێکی زۆر بەدیار ئاوێنەوە بەسەر دەبات، حەز دەکات سەرنجڕاکێش بێت، منیش حەز دەکەم سەرنجڕاکێش بێت (بێگومان).

لەو شەوانەی کە دەمانەوێت بچینە دەرەوە، لەپاش کاتژمێرێکی تەواو لە خۆڕازاندنەوە و گرنگیدانی بە قژ و پۆشاک و هەموو

Scanned with CamScanner

ئەو شتانەی کە ئافرەتان لەو کۆبوونەوانەدا دەیکەن، لە گەرماو دێتە دەرەوە، پاشان لێم دەپرسێت چۆنە، زۆربەی کات بەلامەوە سەرنجڕاکێشە، لەگەڵ ئەوەشدا هەندێک جار شێوەی بەلامەوە زۆر باش نییە، لەوانەیە هەوڵی دابێت شتێکی نوێ بە قژی بکات، یان بڕیاری داوە پێلاوێک لەپێ بکات کە دیزاینەرێکی بەناوبانگ لە میلانۆ وتوویەتی کە نایابە و پێش سەردەمەکەی کەوتووە، هۆکارەکە لەو کاتانەدا هەر چییەک بێت؛ ئەنجامەکەیم پێ خۆش نییە. کاتێک ئەوەی پێ دەڵێم؛ زۆر بێتاقەت دەبێت، پاشان دەگەڕێتەوە بۆ لای تاقی جلەکانی لە گەرماوەکە و هەموو شتەکانی دەگۆڕێت، بەمەش نیوکاتژمێری تر دوا دەکەوێت، لەو ماوەیەشدا هاوسەرەکەم جنێوی زۆر دەدات کە بەشێکیان بەر من دەکەوێت.

شێوازی باو لەم حاڵەتانەدا ئەوەیە کە پیاو دۆر دەکات بۆ ئەوەی هاوسەرەکەی/هاوڕێ کچەکەی دڵخۆش بکات، بەڵام من درۆی لەگەڵ ناکەم. بۆچی؟ لەبەر ئەوەی بە بۆچوونی من، ڕاستگۆیی لە پەیوەندییەکانماندا گرنگترە لەوەی هەموو کاتێک هەست بە خۆشی بکەین. ئەو ژنەی خۆشم دەوێت، دوایین کەسە کە بمەوێت بە شێوەی ڕازیکردن؛ خۆمی پێوە سەرقاڵ بکەم.

لە بەختی خۆم هاوسەرگیریم لەگەڵ ژنێکدا کردووە کە بەوە ڕازییە و ئامادەیە ئەوە ببیستێت کە بیری لێ دەکەمەوە وەکوو خۆی. بە شێوەیەکی سروشتی، هاوسەرەکەشم هەمان ئەو کارە دەکات کە من دەیکەم و ئەگەر هەڵەم کرد؛ ئاگادارم دەکاتەوە، ئەمەش یەکێکە لە باشترین خاڵەکان کە وەک هاوبەشێکی ژیانم بۆم دەستەبەر دەکات. سروشتییە کە من هەندێک جار تووشی لەکە دەبم و تووڕە دەبم و دەمەدەمێ دەکەم، بەڵام پاش چەند کاتژمێرێک پەشیمان دەبمەوە و دانی پێدا دەنێم کە ئەو لەسەر

حەق بووە، جا ئەگەر ئەو ڕاست بووبێت یان نا. بەڵێ، ئەو بە وتنی ئەو ڕاستییەی دەیبینێت؛ دەمکاتە کەسێکی باشتر سەرەڕای ئەوەی لەو کاتەدا بە وتنەکەی؛ بێزارم دەکات.

کاتێک بەبەردەوامی دڵخۆشکردنی خۆمان لە لوتکەی کارە لەپێشینەکانماندا بێت، یان وا بکەین هاوبەشەکانمان بەبەردەوامی دڵخۆش بن؛ بەدڵنیاییەوە لە کۆتاییدا هیچ کاممان دڵمان خۆش نابێت بە خۆمان و بەر لەوەی هیچ شتێک ڕوون ببێتەوە؛ ئەو پەیوەندییە دادەڕمێت.

هیچ متمانەیەک بوونی نابێت بەبێ ململانێ، ململانێ بوونی هەیە بۆ ئەوەی جیای بکەینەوە کە کێ بەبێ مەرج لەگەڵماندایە و کێ لەگەڵماندایە بۆ بەدەستهێنانی دەستکەوت. کەس متمانەی بەو پیاوە نییە کە هەمیشە دەڵێت «بەڵێ». ئەگەر «پاندای بێهیوایی» لێرە بووایە، پێی دەوتین کە بوونی ئازار لەپ ەیوەندییەکانماندا شتێکی پێویستە بۆ پتەوکردنی متمانەی هەریەکەمان بەوی تر و بەدیهێنانی بڕێکی زیاتر لە هۆگری لە نێوانماندا.

ئەمە واتای ئەوەیە ململانێ نەک تەنها بابەتێکی سروشتییە، بەڵکوو بە شێوەیەکی ڕەها یەکێکە لە پێویستییەکانی پارێزگاری لە پەیوەندییەکی تەندروست. ئەگەر هاتوو دوو کەس ئەوەندە لە یەکەوە نزیک بن، بەڵام توانای باسکردنی ناکۆکییەکانی نێوانیان نەبێت بە شێوەیەکی کراوە و ئاشکرا، ئەوا پەیوەندییەکە لەسەر گەمەپێکردن و تێنەگەیشتن بنیات نراوە و بەهێواشی بەرەو پەیوەندییەکی ژەهراوی هەنگاو دەنێت.

متمانە گرنگترین پێکهاتەیە لە پەیوەندیدا لەبەر هۆکارێکی سادە، ئەویش ئەوەیە کە پەیوەندی بەبێ متمانە؛ هیچ واتایەک نابەخشێت. لەوانەیە ئافرەتێک پێت بڵێت کە تۆی خۆش دەوێت

و دەیەوێت لەگەڵتدا بێت، هەروەها ئامادەیە واز لە هەموو شتێک بهێنێت لە پێناو تودا، بەڵام تو هیچ سوودێک لەم قسانە وەرناگریت. ئەگەر متمانەت نەبێت بەوەی پێت دەڵێت، توش هەست ناکەیت بەوەی خۆشویستراویت تا ئەو کاتەی متمانەت بۆ دروست دەبێت بەوەی ئەو خۆشەویستییەی ڕووبەڕووت کراوەتەوە؛ هیچ مەرجێکی لەگەڵدا نییە و هیچ هاوپێچێکی نییە و ئامانجی دەرەوەی خۆشەویستیی پێوە نەلکاوە.

ئەمەش وا دەکات ناپاکیکردن تا ئەو ئاستە ڕووخێنەر بێت. بابەتەکە لە خودی خۆیدا پەیوەندیی بە سێکسەوە نییە، بەڵکوو متمانەیەکە کە بە هۆی سێکسەوە هەرەسی هێناوە. لە ڕووبەڕووبوونەوەیدا، ئەگەر بەو قسە سواوانە کۆتایی پێ هێنا لە شێوەی: «نازانم بیرم لە چی دەکردەوە، زۆر بێزار بووم، خەواڵوو بووم... ئەویش لەوێدا بوو»، ئەمە واتای ئەوەیە وشیارییەکی خودیی نییە کە گرنگ و پێویستە بۆ چارەسەرکردنی هەر کێشەیەک لە پەیوەندییەکانیدا.

ئەوەی پێویستە لێرەدا ڕوو بدات ئەوەیە ئەو کەسەی ناپاکییەکەی کردووە؛ چینەکانی پیازی تێگەیشتن لە خودی خۆی توێ توێ بکات بۆ ئەوەی ئەو بەها خراپانە بدۆزێتەوە کە وایان لێ کردووە ناپاکی بەرامبەر متمانەی کەسێک بکات (هەروەها بۆ ئەوەی بزانێت ئایا هیچ بەهایەک لەو پەیوەندییەدا دەبینێتەوە). هەروەها پێویستە توانای ئەوەی هەبێت کە بڵێت: «دەزانیت باسەکە چییە؟ من کەسێکی خۆپەرستم، من زیاتر لە پەیوەندیمان؛ گرنگی بە خۆم دەدەم. یان دەڵێت ئەگەر ڕاستت بوێت، من زۆر ڕێزی ئەم پەیوەندییە ناگرم.» ئەگەر ئەو کەسەی ناپاکی دەکات؛ نەتوانێت بە شێوەیەکی ئاشکرا و ڕاشکاوانە بەها خراپەکانی بخاتە ڕوو، ئەگەر

بۆ بەرامبەرەکەی ڕوون نەکاتەوە کە ئەو بەهاکانی پێشێل کردووە؛ ئەوە هیچ هۆکارێک نییە کە بیسەلمێنێت ئەو کەسە شیاوی متمانەیە. ئەگەر شیاوی متمانەش نەبێت، ئەوا ئەو پەیوەندییە هەرگیز باش نابێتەوە و گۆڕانکاریی بەسەردا نایەت.

ڕەگەزی دووەم بۆ بەدەستهێنانەوەی متمانە دوای لەدەستدانی، ڕەگەزێکی کردارییە و جۆرێکە لە تۆماری بەدواداچوون. ئەگەر لایەنی بەرامبەر متمانەی نێوانتانی تێک دا؛ دەتوانێت قسەی خۆشت لەگەڵ بکات، بەڵام تۆ پێویستت بەوەیە تەماشای تۆمارێکی بەردەوام بکەیت بۆ ئەو کردەوە و حاڵەتانەی تیایدا پێی وتوویت کە ئەو هیچ زیانێکی لە متمانەی نێوانتان نەداوە. تەنها بەم ڕێگایە دەتوانیت دڵنیا ببیتەوە لەوەی بەهای ئەو کەسەی ناپاکیی بەرامبەر متمانەتان کردووە، چیتر خوار نییە و ئەو کەسە بەراستی دەتوانێت گۆڕانکاری بکات.

ئەوەی جێی داخە لێرەدا ئەوەیە دروستکردنی ئەو تۆمارە کە هانت دەدات بۆ متمانەکردنەوەی؛ سەرلەنوێ کاتێکی زۆری دەوێت، هیچ گومانێک نییە لەوەی ئەو کاتە زۆر درێژترە لەو کاتەی بتەوێت متمانەتان لەگۆڕ بنێیت. لە میانەی ماوەی دروستکردنەوەی ئەو متمانەیەدا؛ وا باشترە دۆخەکە بەتەواوی خراپ بێت، ئەمەش واتە پێویستە هەردوو لایەنی پەیوەندییەکە لە مەودای نارەحەتیی پرۆسەکە تێبگەن کە خۆیان هەڵیانبژاردووە.

من لێرەدا ناپاکی لە پەیوەندییە سۆزدارییەکاندا بەکار دەهێنم، بەڵام ئەم پرۆسەیە بەسەر هەموو گرفت و سنووربەزاندنێکدا جێبەجێ دەبێت لە هەر پەیوەندییەکدا بێت. کاتێ متمانە هەرەس دەهێنێت، سەرلەنوێ بنیاتنانەوەی سەرکەوتوو نابێت ئەگەر ئەم دوو هەنگاوەی تێدا جێبەجێ نەکرێت:

Scanned with CamScanner

١. دانپێدانانی ئەو کەسەی ناپاکییەکەی کردووە بەو بەها ڕاستەقینەیەی هۆکار بووە بۆ سنووربەزاندنەکە و هەڵگرتنی بەرپرسیارێتییەکەی.

٢. توانای ئەو کەسەی ناپاکیی لە متمانەی نێوانیان کردووە، لە ماوەیەکی دیاریکراودا، بۆ دروستکردنی تۆمارێکی بەدواداچوون کە بەڕوونی ئاماژەی تێدا بێت بۆ ئەوەی دەکرێت سەرلەنوێ متمانە بەم کەسە بکرێتەوە.

ناشکرێت هیچ هەوڵێکی ئاشتەوایی بوونی هەبێت، بەبێ بوونی هەنگاوی یەکەم.

متمانە وەک قاپێکی فەخفووری وایە، ئەگەر قاپەکە جارێک شکا؛ دەکرێت پارچەکانی کۆ بکرێتەوە و سەرلەنوێ بەیەکەوە بلکێنرێتەوە بە گرنگی و ورياييەوە، بەڵام ئەگەر جارێکی تر شکاندت؛ ئەوا دەبێت بە پارچەی زۆر بچووکترەوە و کاتێکی یەکجار زۆرتری دەوێت بۆ ئەوەی سەرلەنوێ ئەو پارچانە بەیەکەوە بلکێنرێنەوە. ئەگەر ئەو قاپە چەند جارێکی تریش بشکێتەوە، ئەوا تا ئاستێک ورد دەبێت کە چاککردنەوەی دەبێتە کارێکی مەحاڵ: پارچەیەکی شکاوی زۆر وردمان هەیە، هەندێک لە پارچەکانیش بوون بە تۆز.

زیادە هەمیشە باشترە، ساڵانێکی زۆر بەو بیرکردنەوەیەوە دەژیام: پارەیەکی زۆرتر کۆ بکەرەوە، سەردانی وڵاتانی زیاتر بکە، ئەزموونی زیاتر تاقی بکەرەوە.

بەڵام زیادە هەمیشە و بەبەردەوامی باشترین شت نییە، بەڵکوو لە ڕاستیدا پێچەوانەکەی ڕاستە؛ زۆر جار بە کەمترەکان بەختەوەرترین، نەک بە زۆرتر! کاتێک هەل و بژاردەی زۆرمان لە بەردەمدا دەبێت، ئەوا دەناڵێنین بەدەست ئەوەی زانایانی دەروونناسی پێی دەڵێن «پارادۆکسی هەڵبژاردن». لە بنەڕەتدا

Scanned with CamScanner

تاکوو بژاردەکانی بەر دەستمان زیاتر بن؛ زیاتر ناڕازی دەبین لەسەر ئەو شتەی هەڵیدەبژێرین، جا هەر چییەک بێت، ئەمەش لەبەر ئەوەی بەرچاوڕوونین لەو بژاردانەی دیکە کە هەڵمانەنەبژاردوون.

ئەگەر هەڵبژاردنی دوو شوێنت لەبەر دەستدا بوو بۆ ئەوەی لە شوێنێکیان بژیت، پاشان یەکێک لەو دوو شوێنەت هەڵبژارد، ئەگەری زۆرە هەست بە متمانە و ئاسوودەیی بکەیت؛ لەبەر ئەوەی بژاردە ڕاستەکەت هەڵبژاردووە و ڕازییت لە بڕیارەکەی خۆت.

بەڵام ئەگەر توانای هەڵبژاردنی شوێنێکت هەبێت بۆ ژیان لەنێوان بیست و هەشت شوێندا، پاشان یەکێکیانت هەڵبژارد؛ ئەوا پارادۆکسی هەڵبژاردن دەڵێت ئەگەری زۆرە بۆ ماوەی چەندین ساڵ لە گومان و ئەشکەنجەدا بژییت و هەمیشە بژاردەکەت بخەیتە ژێر پرسیارەوە. زۆر پرسیار لە خۆت دەکەیت کە ئایا بژاردە ڕاستەکەت هەڵبژاردووە، ئەگەر ئەو بژاردەیە بووایە؛ زیاتر بەختەوەر دەبوویت. ئەم دڵەڕاوکێیە، ئەو حەزەش بۆ دڵنیایی لە گەیشتن بە کامڵبوون و سەرکەوتن؛ وا دەکات کەسێکی بەختەوەر نەبیت.

چی دەکەیت ئەگەر بوویتە کەسێک وەک ئەوەی من بووم؛ ئەوا هەوڵ دەدەیت هیچ بژاردەیەک هەڵنەبژێریت، هەوڵ دەدەیت بژاردەکانت کراوە بن تا زۆرترین کات کە بتوانیت دوای بخەیت، دواتر خۆت لە «پابەندبوون» دەدزیتەوە.

لەگەڵ ئەوەی وەبەرهێنان «بەقووڵی» لە یەک شوێندا یان لە یەک کەسدا یان لە یەک کاردا یان لە یەک چالاکیدا بێبەشمان دەکات لەو شارەزاییە فراوانەی پێمان خۆشە هەمانبێت، بەڵام ڕۆیشتنیش لەپشت شارەزاییەکی فراوانەوە؛ بێبەشمان دەکات لە هەلی ژیانێک کە ڕۆچوون لەناو شارەزاییەکی قووڵدا دەیخاتە بەردەممان.

Scanned with CamScanner

هەندێک ئەزموون هەیە ناتوانیت پێیدا تێپەڕیت؛ مەگەر ماوەی پێنج ساڵ لە هەمان شوێندا ژیان بەریتە سەر، یان کاتێک لەگەڵ ئەو کەسەدا دەبیت بۆ ماوەی دە ساڵ، یان تاکوو لە هەمان پیشەدا کار نەکەیت یان لەو بوارەدا لە ماوەی نیوەی تەمەنتدا. من ئێستا لە سییەکانی تەمەنمدام، من ئێستا دەتوانم تێبگەم لەوەی پابەندبوون (بە ڕێگا تایبەتەکەی)؛ هەل و ئەزموونی فراوانم بۆ دەستەبەر دەکات کە بەبێ بوونی پابەندبوون نەدەکرا بۆم دەستەبەر ببێت، جا بۆ هەر شوێنێک بچوومایە و هەر کارێکم بکردایە.

کاتێک مرۆڤ هەوڵ دەدات بۆ پێکهاتەیەکی فراوان لە ئەزموون و شارەزایی؛ ئەوا لە هەر سەرکێشییەکی نوێدا «دەستکەوت»ی ناتەواوی دەبێت، لەگەڵ هەر شتێکی نوێ و لەگەڵ هەر کەسێکی نوێ. ئەگەر تۆ پێشتر هیچ کات وڵاتەکەی خۆت جێ نەهێشتووە، ئەوا یەکەم وڵات کە سەردانی دەکەیت؛ گۆڕانکارییەکی گەورە دروست دەکات لە تێڕوانینتدا بۆ جیهان، لەبەر ئەوەی بنەمای ئەزموونەکانت زۆر سنووردارن، بەڵام کاتێک سەردانی بیست وڵات دەکەیت؛ ئەوا وڵاتی بیست و یەکەم زۆر شتت بۆ زیاد ناکات، کاتێکیش سەردانی پەنجا وڵات دەکەیت؛ ئەوا وڵاتی پەنجا و یەکەمین هیچ زیادەیەکی بۆ تۆ نابێت.

ئەم مەسەلەیە بەسەر کەلوپەلە ماددییەکان و پارەشدا دەچەسپێت، هەروەها بۆ ئارەزووەکان، کار و هاوڕێ، بەسەر هاوبەشە سۆزداری و سێکسییەکانیشدا... لێرەدا هەموو بەها ڕووکەشییە خواروخێچەکان دەبینین کە خەڵکی بۆ خۆیانی هەڵدەبژێرن. تاکوو تەمەنت زیاتر بێت، ئەزموونی زیاتر بەدەست دێنیت و هەر کات کاریگەریی ئەزموونە نوێیەکان لەسەرت زیاتر بوو لە ڕابردوو؛ هەژاندنەکە گەورەتر دەبێت. کاتێک بۆ یەکەم جار

لە ژیانمدا لە ئاهەنگێکدا کحولم بەکار هێنا، کاتێکیش ئەو کارەم بۆ جاری سەدهەم دووبارە کردەوە؛ بابەتەکە سەرنجڕاکێش بوو، بەڵام لەدوای پێنج سەد جار وەک پشوویەکی ئاسایی کۆتایی هەفتەی لێ هات، بەڵام لەدوای هەزار جار بابەتەکە زۆر بێزارکەر دەبێت و هیچ گرنگییەکی نابێت.

گەورەترین شتێک کە لەسەر ئاستی تاکەکەسی بەسەرم هات لە چەند ساڵێکی کەمی ڕابردوودا، ئەوە بوو کە توانیم بکرێمەوە بەسەر پابەندبووندا. ڕەتکردنەوەی هەموو شتەکانم هەڵبژارد، جگە لە باشترین ئەزموون و هاوڕێ و بەهاکانم لە ژیانمدا. کۆتاییەکم بۆ هەموو پرۆژەکانم دانا و بڕیارم دا خۆم بۆ نووسین یەکلایی بکەمەوە و بیکەمە تاکە کارم، لەو کاتەشەوە پێگەکەم لە ئینتەرنێت جەماوەری زیاتری پەیدا کردووە لەچاو ئەوەی چاوەڕێم دەکرد. بەتەواوی پابەندبووم بە یەک ئافرەتەوە بۆ ماوەیەکی دوورودرێژ، ئەوەی جێی باوەڕ نەبوو ئەم کارە بەلای خۆمەوە زۆرترین کاردانەوەی هەبوو لەچاو هەموو ئەو سەرکێشی و دیدار و پەیوەندییانەی لە ماوەیەکی زۆر کورتدا تیایاندا ژیام. پابەندبووم بە ژیانەوە لە یەک شوێندا و کاردانەوە کۆمەڵایەتییەکان چەندین هێندە بوونەوە لە چوارچێوەی ڕێژەیەکی زۆر لە هاوڕێیەتیی ڕاستەقینەی تەندروست و واتادار.

ئەوەی ئاشکرام کرد، بەتەواوی جیاواز بوو لەو پێشبینییەی لەسەری ڕاهاتبووم: لە پابەندبووندا، بڕێکی ڕاستەقینە لە ئازادی و هەستکردن بە ئازادبوون هەیە. هەلی گەورەترم هاتە بەر دەست، گرنگیدانی زیاترم بینی، لە ئەنجامی ڕەتکردنەوەی جێگرەوەکانی تر لە بەرژەوەندیی ئەوەی هەڵمبژارد و کردمە جێگای گرنگیپێدان لە ژیانمدا.

Scanned with CamScanner

پابەندبوون؛ ئازادیت پێ دەبەخشێت، لەبەر ئەوەی واز دەهێنێت لەو شتانەی ناپێویست و بێنرخن. پابەندبوون؛ ئازادیت پێ دەبەخشێت، لەبەر ئەوەی هەموو ئاگاییت کۆ دەکاتەوە و دەیڕژێتە ئاراستەیەکی چالاکەوە بۆ ئەوەی بەختەوەر و تەندروست بیت، هەروەک پابەندبوون وا دەکات بڕیاردان ئاسانتر بێت و هەر ترسانێک لە هەڵەکردن دەرەوێنێتەوە، ئەمەش لەبەر ئەوەی دەزانیت ئەوەی لە ئێستادا پێتە زۆر باشە؛ ئیتر بۆچی دیسان رابکەیت بەدوای زیاتر و زیاتر و زیاتردا؟ پابەندبوون ڕێگات پێ دەدات بەوردی تیشک بخەیتە سەر ئامانجە گرنگ و گەورەکانت، پاشان بە بەدەستهێنانی ڕێژەیەک لە سەرکەوتنی گەورەتر کە بە هەر ڕێگایەکی تر دەتوانیت بەدەستی بهێنیت.

بەم شێوازە، ڕەتکردنەوەی جێگرەوەکان ئازادمان دەکات... ڕەتکردنەوەی هەموو ئەو شتانەی هەماهەنگ نین لەگەڵ زۆرترین بەها گرنگەکانمان و ئەو پێوەرانەی هەڵمانبژاردوون، ئەویش ڕەتکردنەوەی ڕۆیشتنی بەردەوامە بەدوای فراوانبوونێکی ڕووکەشییەوە.

بەدڵنیاییەوە، ئەزموونی فراوان؛ کارێکی خوازراوە، بەڵکوو پێویستیشە لە کاتێکدا کە گەنجیت، ئەمەش لەبەر ئەوەی پێویستە لەسەرت بڕۆیتە دەرەوە بۆ جیهان و خۆت ئاشکرای بکەیت کە چی شیاوی ئەوەیە ژیانی خۆت بۆ وەبەرهێنان تیایدا تەرخان بکەیت، بەڵام قووڵایی ئەوەیە کە چۆن زێڕ لەژێر زەویدایە، پێویستە لەسەرت بە شتێکەوە پابەند بیت و زەوی بەقووڵی هەڵبکەنیت بۆ ئەوەی بگەیتە ئەو زێڕە. ئەمە ڕاستە لە کاردا، لە پەیوەندییەکاندا، لە بنیاتنانی ژیانێکی نوێدا بۆ خۆت... لە هەموو شتێکدا ڕاستە.

Scanned with CamScanner

بەندی نۆهەم
دوای ئەوە دەمریت

«بەدوای ڕاستیدا بگەڕێ بۆ خۆت، لەوێ دەتبینمەوە».

ئەمە دوایین شت بوو کە جوش پێی وتم. بە شێوازێکی گاڵتەئامێز وتی، ویستی ئەوەی دەیڵێت؛ بە شێوەیەکی قووڵ و هاوکات گاڵتەئامێز دەربکەوێت، لە هەمان کاتدا لەو کەسانە بوو کە دەیانەوێت وشەکانیان قووڵ دەربکەوێت. جوش یەکێک بوو لە هاوڕێ نزیکەکانم، لەو کاتەدا بەتەواوی خەواڵوو بوو.

کاتێ لە تەمەنی نۆزدە ساڵیدا بووم، بە گرنگترین ساتەکانی گۆڕانکاری لە ژیانمدا تێپەڕیم. جوشی هاوڕێم بردمی بۆ ئاهەنگێک لە شوێنێک کە کەوتبووە نزیک دەریاچەیەک لە باکووری شاری دالاسی ویلایەتی تەکساسەوە، گردێک بوو کە خانووی بچووکی تێدا دروست کرابوو بۆ کرێ، لە خواریشەوە حەوزێکی مەلەکردنی هەبوو، لەژێر حەوزی مەلەکەشەوە سەکۆیەکی خۆهەڵدان هەبوو کە بەسەر دەریاچەکەدا دەیڕوانی، سەکۆکە بچووک بوو، بەرزییەکەی نزیکەی دە مەترێک دەبوو، بەڵام بەدڵنیاییەوە ئەو بەرزییە بەس بوو بۆ ئەوەی دوو جار بیر بکەیتەوە پێش ئەوەی

خۆت فڕێ بدەیتە ناو دەریاچەکەوە، بەڵام لەگەڵ سەرخۆشبوون و فشاری هاوڕێیاندا؛ ڕەنگە مرۆڤ بەخێرایی بڕیار بدات و خۆی هەڵبدات.

پاش کەمێک لە گەیشتنمان بۆ ئەو ئاهەنگە، لەگەڵ جوش لەناو حەوزی مەلەکەدا دانیشتبووم، بەیەکەوە قسەمان دەکرد وەک چۆن دوو کەس قسە دەکەن تا بیسەلمێنن کە نێرینەن. باسمان لە خواردنەوە کرد، هەروەها لە تیپە مۆسیقییەکان، لە بارەی ئافرەتان، بەو شێوەیە لە بارەی زۆر شتی چێژبەخشەوە کە لە ماوەی ئەو هاوینەدا کردوومانن دوای ئەوەی قوتابخانەی مۆسیقامان جێ هێشت. باسمان لەوە کرد بەیەکەوە لە یەکێک لە تیپەکاندا مۆسیقا بژەنین، هەروەها لە بارەی گەشتکردن بۆ نیویۆرک... ئەوە لەو کاتەدا خەونێکی مەحاڵ بوو.

تەنها دوو منداڵ بووین!

پاش کەمێک، بە سەر ئاماژەم بۆ سەکۆکە کرد کە بەسەر دەریاچەکەدا دەیڕوانی و لێم پرسی: «دەتوانین لەو سەکۆیەوە خۆمان فڕێ بدەینە خوارەوە؟»

جوش وەڵامی دامەوە: «بەڵێ، خەڵکی بەردەوام بەردەوام ئەو کارە دەکەن».

«تۆ باز دەدەیت؟»

شانی بەرز کردەوە و پێی وتم: «باز دەدەم. با ببینین».

ماوەیەک دوای ئەو شەوە، لە یەک جیا بووینەوە. کچێکی ئاسیایی جوان سەرنجی ڕاکێشام کە حەزی لە یارییە ڤیدیۆییەکان بوو، ئەوەش لە تێڕوانینی مندا (من هەرزەکارێکی تازەپێگەیشتوو بووم)؛ وەک بردنەوەی بلیتی یانسیب وا بوو. کچەکە گرنگیی بە من نەدا، بەڵام کەسێکی نەرمونیان بوو و ئەگەر قسەم لەگەڵ بکردایە؛

Scanned with CamScanner

هەراسان نەدەبوو. بەو شێوەیە چووم قسەی لەگەڵ بکەم، هەموو ئازایەتیی خۆم کۆ کردەوە بۆ ئەوەی پرسیاری لێ بکەم کە ئایا دەیەوێت لەگەڵم بێت بۆ ماڵەوە بۆ ئەوەی بەیەکەوە نان بخۆین، کچەکە بەوە ڕازی بوو.

بە ئاراستەی سەرەوەدا بە گردەکەدا سەر کەوتین، بینیمان جوش دێتە خوارەوە، لێم پرسی نان دەخوات، بەڵام ڕەتی کردەوە، لێم پرسی دواتر لەکوێ دەیبینمەوە، پێکەنی و پێی وتم: «بەدوای ڕاستیدا بگەڕێ بۆخۆت، لەوێ دەتبینمەوە».

بە سەرم ئاماژەیەکم کرد و دیمەنێکی جددیم وەرگرت، پاشان وەڵامم دایەوە: «کێشە نییە، لەوێ دەتبینمەوە»، وەک ئەوەی هەریەک لە ئێمە شوێنی ڕاستی بەتەواوی بزانین و بزانین چۆن دەگەینە ئەو شوێنە.

جوش پێکەنی و بەرەو لای سەکۆکە بە گردەکەدا چووە خوارەوە، منیش پێکەنیم و بەردەوام بووم لە سەرکەوتن لەگەڵ کچەکەدا بە ئاراستەی ماڵەوە. نازانم چەندە لە ناوەوە ماینەوە، بەڵام لەبیرمە لەگەڵ کچەکە هاتینە دەرەوە و گوێمان لە دەنگی فیکە بوو و کەسمان نەبینی لە دەوروبەرمان، کەسمان نەبینی لەناو حەوزی مەلەکەدا، کەسانێکمان بینی ڕایاندەکرد بەرەو کەنارە تەسکەکەی دەریاچەکە لەژێر سەکۆکەدا، لەوێدا کەسانێک هەبوون کە گەیشتبوونە ناو ئاوەکە، توانیم دوو کەس ببینم کە لەناو ئاوەکەدا مەلەیان دەکرد. بینین سەخت بوو؛ لەبەر ئەوەی شەو داهاتبوو، مۆسیقاش هەر بەردەوام بوو بەبێ ئەوەی کەسێک گوێی بۆ بگرێت.

بەخێرایی چوومە خوارەوە بە ئاراستەی کەنارەکە و تا ئەو ساتەش هیچم بۆ ئاشکرا نەبوو، بەڵکوو بەردەوام بووم لە خواردنی

Scanned with CamScanner

ساندویچەکەم کە پێم بوو، دەمویست بزانم خەڵکی تەماشای چی دەکەن. لە نیوەی ڕێگای هاتنەخوارەوەماندا، کچە ئاسیاییە جوانەکە پێی وتم: «وا بزانم شتێکی خراپ ڕووی داوە».

کاتێک گەیشتینە بەشی خوارەوەی گردەکە، لە بارەی جوشەوە پرسیارم لە کەسێک کرد. کەس سەیری نەدەکردم، کەسیش پێشوازیی لێ نەکردم، هەمووان سەرقاڵ بوون بە تەماشاکردنی ئاوەکەوە، دووبارە پرسیارم لێ کردنەوە، کچەکە نەیتوانی بەسەر خۆیدا زاڵ بێت، دەستی کرد بە گریان، لەو کاتەدا بیرۆکەکە بە مێشکم گەیشت.

مەلەوانەکان ماوەی سێ کاتژمێر لەناو دەریاچەکەدا بەردەوام بوون لە گەڕان بەدوای جوشدا، دواتر لە ڕاپۆرتی توێکارییەکەیدا هاتبوو کە بە هۆی زیادەڕۆییکردن لە خواردنەوەی کحول؛ قاچی تووشی وشکبوون هاتووە، جگە لە کاریگەریی ئەو شۆکەی بە هۆی خۆهەڵدانی لە سەکۆکەوە بەری کەوتبوو. لەو کاتەی خۆی هەڵدابوو؛ دنیا تاریک بوو، ئاوەکە چەند چینێکی ڕەش بوو لە سایەی تاریکیی شەودا، کەس نەیتوانی شوێنی هاوارەکانی ببینێت کە داوای فریاگوزاریی کردبوو، هیچیان نەدەبینی جگە لە دەنگێک کە ئاوەکە دایدەپۆشی، تەنها دەنگ.

دواتر باوک و دایکی پێیان وتم کە ئەو نەیتوانیوە بەباشی مەلە بکات، من ئەوەم نەدەزانی.

نەمتوانی تا دوای دوانزە کاتژمێر بۆ جوش بگریم. بەیانیی ڕۆژی دواتر لەناو ئۆتۆمبێلەکەمدا بووم؛ دەگەڕامەوە بۆ ماڵەوە لە ئوستن، پەیوەندیم کرد بە باوکمەوە و پێم ڕاگەیاند کە خەریکە لە دالاس نزیک دەبمەوە و لە کارەکەم دوا دەکەوم (ئەو هاوینە لەلای ئەو کارم دەکرد)، باوکم لێی پرسیم: «بۆچی؟ چی ڕووی داوە؟

هەموو شتێک باشە؟» لەو ساتەدا خۆم پێنەگیرا و گریانم تەقییەوە، فرمێسکم جۆگەلەی بەست... گریانی بەکوڵ و هاوار و ئاوی لووتم! ئۆتۆمبێلەکەم لەتەنیشتی ڕێگاکە ڕاگرت و بەردەوام بووم لە گریان و مۆبایلەکەشم بە دەستمەوە بوو، وەک منداڵێکی بچووک کە چۆن لەبەردەم باوکیدا دەگری.

ئەو هاوینە خەمۆکییەکی قووڵ دایگرتم، وا بزانم پێش ئەوەش جارێک تووشی خەمۆکی بووم، بەڵام ئەو جارە ئاستێکی نوێی تەواو بێمانا بوو. خەمم هێندە قووڵ بوو، گەیشتە ئاستێک تەنانەت لە ڕووی جەستەییشەوە ئازاری دەدام، خەڵکی دەهاتن بۆ لام و هەوڵیان دەدا ورەم بەرز بکەنەوە، منیش دادەنیشتم و گوێم بۆ دەگرتن، ئەوانیش ئەو شتە ڕاستانەیان پێ دەوتم و باسیان لە پێویستیی تێپەڕاندنی نارەحەتییەکان و باشترین ڕێگا بۆ ئەو کارە دەکرد، منیش سوپاسم دەکردن و پێم دەوتن زۆر لوتفیان هەیە لەبەر ئەوەی گرنگیم پێ دەدەن و دێن بۆ لام، پاشان زەردەخەنەیەکی ساختەم دەکرد و درۆم دەکرد و پێم دەوتن من باشتر دەبم، بەڵام لە ناخەوە هەستم بە هیچ شتێک نەدەکرد.

دوای ئەوە تا چەند مانگێک خەوم بە جوشەوە دەبینی، لەو خەونانەمدا دەمبینی کە لەگەڵمدایە، بەگەرمی باسمان لە ژیان و مردن دەکرد، سەرەڕای شتی دیکەی هەمەجۆر کە هیچ واتایەکیان نەبوو. تا ئەو خاڵە لە ژیانمدا، جگە لە منداڵێکی تەواو ئاسایی لە منداڵەکانی چینی ناوەڕاست؛ هیچی تر نەبووم: تەمەڵ، نابەرپرس، دوودڵ لە ڕووی کۆمەڵایەتییەوە، لەگەڵ هەستکردنێکی قووڵ بە نائارامی، بەڵام جوش کەسێک بوو کە بە چاوی ڕێزەوە تەماشام دەکرد لە زۆر ڕووەوە، تەمەنی لە من گەورەتر بوو، متمانەی لە من زیاتر بوو، ئەزموونی لە من زیاتر بوو و لەلای خەڵکی و

Scanned with CamScanner

دەوروبەر لە من زیاتر قبولکراو بوو و زیاتر بە رووی جیهاندا کرابووەوە. لە یەکێک لە خەونەکانی دواییمدا لە بارەی جوشەوە، بینیم بەیەکەوە لەناو حەوزێکی جاکوزیدا دانیشتبووین (بەڵێ، دەزانم ئەمە شتێکی نامۆیە)، لەو کاتەدا شتێکم پێ وت هاوشێوەی: «زۆرم پێ ناخۆش بوو کە تۆ مردیت»، پێکەنی. ئەو وشانەم بیر نەماوە کە لە خەونەکەمدا پێی وتم، بەڵام شتێکی هاوشێوەی ئەمە بوو: «بۆچی مردنی منت بەلاوە گرنگە لە کاتێکدا هێشتا تۆ لە ژیان دەترسیت؟» بەگریانەوە خەبەرم بووەوە.

ئەو هاوینە ڕۆژێک لەگەڵ دایکم لەسەر قەنەفەکە دانیشتبووم، چاوم بڕیبووە ئەو شوێنەی پێی دەڵێن «بۆشایی» و ئەو عەدەمەم دەبینی هیچ کۆتاییەکی نییە و هیچ ڕێگایەک نییە بۆ تێگەیشتن لێی کە وا ڕاهاتبووم هاوڕێیەتیی جوش بدۆزمەوە. لەو ساتەدا تێگەیشتنێکی کتوپڕم بۆ هات کە ئەگەر بەڕاستی هۆکارێک نەبێت بۆ کردنی شتێک، ئەوا هیچ هۆکارێکیش نییە بۆ نەبوونی کردنی شتێک... لە ڕووبەڕووبوونەوەی مسۆگەریی مردندا، هیچ بیانوویەک نییە بۆ ئەوەی مرۆڤ لەبەردەم ترس و شەرمەزاری و هەستکردن بە شەرمیدا خۆی بدات بەدەستەوە، چونکە بابەتەکە هەمووی هیچ نییە جگە لە چنگێک لە هیچ. ئەگەر بەشی هەرە گەورەی ژیانە کورتەکەم لە خۆدزینەوە لە ئازاربەخش و بێزارکەرەکاندا بەسەر بردبێت، ئەوە واتای ئەوەیە من خۆم دزیوەتەوە لەوەی کە زیندوو بم!

ئەو هاوینە وازم لە ماریجوانا و جگەرە و یارییە ڤیدیۆییەکان هێنا. هەروەها وازم لەو خەیاڵاتە هیچوپووچانەشم هێنا کە ببم بە یەکێک لە ئەستێرەکانی ڕۆک، قوتابخانەی مۆسیقاشم جێ هێشت، پەیوەندیم کرد بە زانکۆوە، دەچووم بۆ هۆڵە وەرزشییەکان

Scanned with CamScanner

و کێشم دابەزاند، هاوڕێی تازەم بۆ پەیدا بوو، یەکەم هاوڕێی کچم بۆ دروست بوو، بۆ یەکەم جار لە ژیانمدا دەستم کرد بە گرینگیدان بە وانەکانم و بۆم دەرکەوت کە من دەتوانم نمرەی بەرز بەدەست بهێنم کاتێک کەمێک گرنگی بە بابەتەکە بدەم. هاوینی دواتر تەحەددای خۆم کرد بە خوێندنەوەی پەنجا کتێب لە پەنجا ڕۆژدا، لەوەدا سەرکەوتوو بووم. پاشان ساڵی دواتر گواستمەوە بۆ زانکۆیەکی نایاب لە ناوچەیەکی دیکەی وڵات و لەوێ بۆ یەکەم جار لە هەموو ژیانمدا سەرکەوتوو بووم، لە ڕووی خوێندن و کۆمەڵایەتییشەوە سەر کەوتم!

مردنی جوش بووە خاڵێک کە دەتوانم دیاریی بکەم بە گەورەترین ڕوونی لە ژیانمدا، ئەوە ئەو خاڵە بوو کە دەڵێم: پێش ئەو و دوای ئەو. پێش ئەو کارەساتە، کەسێکی بێ ئارەزوو بووم کە خەیالات تیایدا نیشتەجێ بوو، هەروەها کەسێکی بەندکراو بووم لە چوارچێوەی خەیاڵەکانمدا لە بارەی ڕوانینی جیهانەوە بۆم، بەڵام لەدوای کارەساتەکە گۆڕام بۆ کەسێکی دیکە: بەرپرسیار، جددی، زانستخواز، هەستکردن بە نائارامیم هەر مابوو، هەموو ئەو شتانەش کە بەدوای ئەودا دێن (وەک هەموومان بەو جۆرەین)، بەڵام ئێستا گرنگی بەو شتانە دەدەم کە گرنگییان زیاترە لەو شتانەی ترس و دڵەڕاوکێم زیاد دەکەن. جیاوازییەکە گەورە بوو. شتێکی سەیرە کە مردنی کەسێک، ڕێگای ئەوەم پێ بدات کە دواجار بژیم. لەوانەیە خراپترین ساتیش لە ژیانمدا، ئەو ساتە بێت کە لە هەموو کاتێک زیاتر منی گۆڕی.

مردن دەمانترسێنێت، لەبەر ئەوەی دەمانترسێنێت؛ خۆمان دەدزینەوە لەوەی بیری لێ بکەینەوە یان باسی بکەین، بەڵکوو هەندێک جار خۆمان دەدزینەوە لەوەی دانی پێدا بنێین، تەنانەت

Scanned with CamScanner

کاتێکیش دێت بۆ لای کەسێکی نزیکمان.

بەڵام مردن، بە شێوەیەکی نامۆ، ئەو ڕووناکییەیە کە هەموو تاریکیی واتای ژیانی پێ دەپێورێت. ئەگەر مردن نەبووایە، هەموو شتێک بەلامانەوە گرنگیی خۆی لەدەست دەدا و بەها و پێوەرەکانیش سفر دەبوونەوە.

شتێک دەروونمان تێدەپەڕێنێت

ئێرنست بیکر؛ کەسێکی نەخوازراو بوو لە جیهانی ئەکادیمیدا، ساڵی ١٩٦٠ بڕوانامەی دکتۆرای لە ئەنسرۆپۆلۆژیا بەدەست هێنا. توێژینەوەکەی؛ بەراوردێکی کردبوو لەنێوان شێوازە ناتەقلیدییەکان لە (بووزایی زین)دا، لەگەڵ شیکردنەوەی دەروونی. لەو کاتەدا پەیڕەوی زین دادەنرا بە تایبەتمەندییەکی هیپییەکان و ئالوودەبووانی مادده هۆشبەرەکان، شیکردنەوەی دەروونیی فرۆید بە شێوەیەک لە شێوەکانی جادووی دەروونیی دادەنا کە لە چاخی بەردینەوە بۆمان ماوەتەوە.

لە یەکەمین کاریدا، کاتێک وەک مامۆستایەکی یاریدەدەر لە زانکۆ کاری دەکرد، هێندەی نەبرد بیکر خۆی لەنێو ئەو کەسانەدا بینییەوە کە شێوازەکانی زانستی دەروونناسی ڕەت دەکەنەوە بەوەی شێوازێکە لە شێوازەکانی فاشیەت، بە شێوازێکی نازانستییان دادەنا لە شێوازەکانی سەرکوتکردنی لاوازەکان.

کێشە ئەوە بوو کە سەرۆکی کارەکەی بیکر؛ زانایەکی دەروونی بوو، ئەمەش هاوشێوەی ئەوە بوو کە سەرۆکەکەت بە هیتلەر بەراورد بکەیت و تۆش لە سەرەتای کارکردنتدا بیت.

وەک چۆن دەتوانن بیهێننە پێش چاوتان، بەخێرایی بیکر لە

کارەکەی دەرکرا.

بەو شێوەیە بیکر بیرۆکە ڕیشەییەکانی هەڵگرت و چوو بۆ شوێنێک کە جێی قبوڵکردن بێت: شاری بیکرلی لە کالیفۆرنیا. کارەکەی لەوێ زۆری نەخایاند، بەڵام حەزە دوژمنکارانەکانی بیکر بۆ دامەزراوەکە؛ تەنها شتێک نەبوو کە ئەوی تووشی دەردەسەری کرد، بەڵکوو شێوازە کۆنەکانی لە وانەوتنەوەش هاوکار بوو لەوەدا. شکسپیری بەکار دەهێنا بۆ شیکردنەوەی زانستی دەروونناسی، هەروەها چەند دەقێکی لە زانستی دەروونناسی بەکار دەهێنا بۆ ئەوەی ئەنسرۆپۆلۆژیای پێ شی بکاتەوە، هەروەها پشتی بە زانیاریی ئەنسرۆپۆلۆژی دەبەست بۆ شیکردنەوەی زانستی کۆمەڵناسی. جلوبەرگی (شالیر)ی لەبەر دەکرد، لەناو پۆلدا چەند جموجووڵێکی دەکرد کە هاوشێوەی جموجووڵی زۆرانبازیی شمشێر بوون، بابەتی سیاسیی دەخستە ڕوو کە پەیوەندییان بە ناوەرۆکی وانەکانیەوە نەبوو. خوێندکارەکانی زۆر خۆشیان دەویست، بەڵام مامۆستاکان ڕقیان لێی بوو. پاش کەمتر لە ساڵێک، سەرلەنوێ لە کارەکەی دەرکرایەوە.

دوای ئەوە بیکر لە زانکۆی سان فرانسیسکۆی حکومی کاری کرد و توانیی زیاتر لە ساڵێک لەوێ بەردەوام بێت، بەڵام زانکۆکە هێزەکانی پارێزگاریی نیشتمانیی بانگ کرد، کاتێک نارەزاییەکانی خوێندکاران لە دژی شەڕی ڤێتنام تەقییەوە، کاری توندوتیژیی لێ کەوتەوە، کاتێکیش بیکر چووە ڕیزی خوێندکارەکانیەوە و بەئاشکرا ئیدانەی کارەکانی سەرۆکی زانکۆی کرد (چوواندی بە هیتلەر، هەموو ئەو شتانەی وتەوە)، دواتر لە کارەکەی دوور خرایەوە.

بیکر لە ماوەی شەش ساڵدا؛ چوار جار کارەکەی گۆڕی، پێش دەرکرانیشی لە کاری پێنجەمی؛ تووشی شێرپەنجەی کۆڵۆن بوو،

دۆخی بەتەواوی خراپ بوو، دوای ئەوە چەند ساڵێک لە جێگادا کەوت و هیوای چاکبوونەوەی زۆر لاواز بوو. بیکر بڕیاری دا کتێبێک بنووسێت لە بارەی مردنەوە.

بیکر ساڵی ١٩٧٤ مرد، بەڵام کتێبەکەی (نکوڵی لە مردن) خەڵاتی پولیتزری وەرگرت و بووە یەکێک لەو کارە فیکرییانەی زۆرترین کاریگەریی هەبووە لە سەدەی بیستەمدا؛ لەبەر ئەوەی هەژانێکی لە هەردوو بواری زانستی دەروونناسی و ئەنسرۆپۆلۆژیادا هێنایە ئاراوە، سەرەڕای خستنەڕووی چەندین بیرۆکەی فەلسەفیی قووڵ کە تا ئێستاش کاریگەریی فراوانیان هەیە.

کتێبی (نکوڵی لە مردن)، دوو بیرۆکەی بنەڕەتی دەخاتە ڕوو:

١. مرۆڤ بوونەوەرێکی دەگمەنە لەو ڕووەی تاکە ئاژەڵە بتوانێت وێنای خۆی بکات و بە شێوەیەکی موجەڕەد بیر لە خۆی بکاتەوە. سەگەکان لێرە و لەوێ دانانیشن دوودڵ بن سەبارەت بە ژیانی پیشەییان، پشیلەکانیش بیر لەوە ناکەنەوە کە لە ڕابردوودا چی هەڵەیەکیان کردووە، پرسیاری ئەوەش ناکەن چی ڕوو دەدات ئەگەر کارێک بە شێوەیەکی جیاواز ئەنجام بدات، لەنێوان مەیموونەکانیشدا گفتوگۆ و دەمەقاڵێ ڕوو نادات لە بارەی ئەگەرەکانی داهاتوو، ماسییەکانیش پرسیاری ئەوە ناکەن کە ئایا ماسییەکانی دیکە زیاتر خۆشیان دەوێت ئەگەر باڵەکانیان لە ئێستا درێژتر بوونایە.

بەڵام ئێمەی مرۆڤ ئەو توانایەمان پێ بەخشراوە کە خۆمان بهێنینە پێش چاومان لە حاڵەتی گریمانەییدا، هەروەها بۆ بیرکردنەوە لە ڕابردوو و داهاتوو و بیرکردنەوە لە واقیعێکی دیکە کە شتەکان تیایدا جیاوازییان هەبێت.

بیکر دەڵێت ئێمە هەموومان بەرەنجامی ئەو توانا عەقڵییە دەگمەنەین، مسۆگەریی مردنی خۆمان لە خاڵێکی دیاریکراودا دەزانین، بە هۆی ئەوەی توانای دروستکردنی واقعێکی دیکەمان هەیە؛ بەو هۆیەوە ئێمە تاکە ڕەگەزین کە دەتوانین واقعێک بهێنینە پێش چاوی خۆمان کە خۆمانی تێدا نین.

ئەم تێگەیشتنە لەلامان کە بیکر ناوی لێ ناوە «ترسی مردن»، دڵەڕاوکێیەکی بونیادیی قووڵە کە هەموو ئەوانە لەخۆ دەگرێت کە بیری لێ دەکەینەوە و ئەنجامی دەدەین.

٢. بیرۆکەی دووهەم کە بیکر خستوویەتیە ڕوو، کورتەکەی ئەوەیە ئێمە لە بنەڕەتدا «دوو نەفس»مان هەیە؛ نەفسی یەکەم بریتییە لە نەفسی جەستەیی: ئەو نەفسەی دەخوات و دەخەوێت و پرخەپرخ دەکات و دەچێتە سەرئاو. بەڵام نەفسی دووهەم نەفسی خەیاڵکراومانە، یان پێکهاتووە لە بیرۆکەکان، ئەوە شووناسمانە، یان چۆن خۆمان دەبینین.

بیکر بەڵگەکانی لەسەر ئەم شێوازە بنیات دەنێت: هەریەک لە ئێمە دەزانێت لە ئاستێکی دیاریکراودا نەفسە جەستەییەکەی دواجار دەمرێت، ئەمەش واتە مردن مسۆگەرە، ئەم مسۆگەرییە زۆر دەمانترسێنێت (لەسەر ئاستێکی ناهۆشیارانە)، لێرەوە هەوڵی دروستکردنی «نەفسی خەیاڵکراو» دەدەین کە بتوانێت بۆ هەتاهەتایە بژین، ئەمەیە ئەو هۆکارەی وای کردووە خەڵکی زۆر گرنگی بدەن بەوەی ناوی خۆیان بخەنە سەر باڵەخانە و پەیکەرەکان، هەروەها بۆ سەر کتێبەکان، ئەمە وامان لێ دەکات هەست بکەین پێویستمان بە کاتێکی درێژترە بۆ ئەوەی بۆ خەڵکانی تری تەرخان بکەین، بەتایبەت بۆ منداڵان، بەو هیوایەی کاریگەریمان لەسەریان بمێنێت (واتە نەفسی خەیاڵکراو) بۆ دوای لەناوچوونی نەفسە

Scanned with CamScanner

جەستەییەکەمانە (ماددییەکە). هیواکانمان لەسەر ئەوە هەڵچنراون کە کەسانێک هەن یادمان دەکەن و ڕێزمان لێ دەنێن و بەرز ڕاماندەگرن، دوای ئەوەی ئەفسە جەستەییەکەمان بوونی نامێنێت و دوای ماوەیەکی دووروودرێژ لە وەستانی ئەفسە جەستەییەکەمان لە بووندا.

بیکر ئەم هەوڵانە ناو دەنێت «پرۆژەمان بۆ نەمری». کە ڕێگا دەدات ئەفسە خەیاڵکراوەکەمان بۆ ماوەیەکی درێژ بژی لەدوای مردنە جەستەییەکەمان. ئەو دەڵێت شارستانییەتەکانی مرۆڤ هەموویان هیچ نین جگە لە پرۆژەی نەمری کە باسمان کرد: شارەکان و حکومەتەکان و دامەزراوە و دەسەڵاتەکانی ئەمڕۆ هەموویان پرۆژەی نەمرین کە پیاوان و ژنانێک کە لەپێش ئێمەدا ژیاون؛ بنیاتیان ناوە، ئەوە ئەو جێماوانەیە کە لە ئەفسە خەیاڵکراوەکانیانەوە ماونەتەوە کە خۆیان پاراستووە لە مردن. کاریگەری و جەماوەریی ناوی هەندێک لە پێغەمبەران و سەرکردە و ئەدیبەکان لەمڕۆدا، هیچی کەمتر نییە لەو کاتەی کە لە ژیاندا مابوون، ئەگەر زیاتریش نەبێت. بیرۆکەکە هەمووی لێرەدا خۆی حەشار داوە، جا کارەکە لە ڕێگای فێربوونی هونەرێک لە هونەرەکانەوە بێت یان زانستێک لە زانستەکانەوە، یان ڕزگارکردنی زەوییەکی نوێ، یان بەدەستهێنانی سامانێکی زەبەلاح، یان دروستکردنی خێزانێکی گەورەی پڕ خۆشەویستی کە لەوانەیە چەندین نەوە بەردەوام بێت دوای مردنی دامەزرێنەرەکەی. هەموو ئەو واتایانەی لە ژیانماندا هەیە، لەو حەزە بنەڕەتییەوە سەرچاوەیان گرتووە کە دەمانەوێت هەرگیز نەمرین.

ئایین و سیاسەت و وەرزش و هونەر و داهێنانە تەکنۆلۆژییەکان، هەموویان پرۆژەی مرۆڤەکانن بۆ نەمری. بیکر دەکاتە ئەوەی بڵێت

جەنگەکان و شۆڕشەکان و حاڵەتەکانی کوشتاری بەکۆمەڵ، کاتێک ڕوو دەدەن کە پڕۆژەی نەمریی کۆمەڵێک مرۆڤ تووشی بەیەکدادان دەبێت لەگەڵ پڕۆژەی نەمریی کۆمەڵێک مرۆڤی دیکەدا. بیانووی چەندین سەدە لە چەوساندنەوە و خوێنڕشتنی ملیۆنان کەس بەوە پاساو دەدرێتەوە کە هەموویان بەرگریکردنن لە پڕۆژەی نەمریی تایبەت بە کۆمەڵەیەکی مرۆڤی دیاریکراو، بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی پڕۆژەی نەمریی تایبەت بە کۆمەڵەیەکی مرۆڤی دیکە.

بەڵام کاتێک پڕۆژەکانمان بۆ نەمری شکست دەهێنێت، کاتێک واتاکەی لەناو دەچێت، کاتێک وا دەردەکەوێت ئاسۆی مانەوەی نەفسە خەیاڵکراوەکانمان لەدوای مردنی نەفسە جەستەییەکەمان دەبێتە شتێکی مەحاڵ یان دوور دەکەوێتەوە؛ ئەو کاتە ترسی مردنمان تووش دەبێت (دڵەڕاوکێیەکی ترسناک کە تووشی خەمۆکیمان دەکات) و زاڵ دەبێت بەسەر عەقڵەکانماندا. لەوانەیە شۆکە گەورەکان هۆکاری ئەمە بن، لەوانەشە هەستکردنمان بە شەرم یان ئەوەی کە کۆمەڵگا هیچ بەهامان بۆ دانانێت؛ ببێتە هۆکاری ئەمە، هەروەکوو بیکر ئاماژە بۆ ئەوە دەکات کە دەکرێت نەخۆشییە عەقڵییەکانیش هۆکارێک بن بۆ ئەوە.

ئەگەر تا ئێستا وریا نەبوویتەوە، ئەوا ئەو پڕۆژانەی نەمریی بەهاکانمانن؛ ئەوەیە کە واتاکان و بەهاکان پێوانە دەکات لە ژیانماندا. کاتێکیش بەهاکانمان شکست دەهێنن، خۆیشمان شکست دەهێنین (لێرەدا لە ڕووی دەروونییەوە باسی دەکەم). ئەوەی بیکر دەیڵێت، ئەوەیە لە ناوەرۆکدا ئێمە هەموومان پاڵ دەنرێین بۆ ترس بە زیادەڕۆییکردن لە گرنگیدان بە شتانێکی زۆر، چونکە گرنگیدانمان بە شتێکی دیاریکراو؛ لە واقیع و مسۆگەریی مردن بێئاگامان دەکات، هەروەکوو گرنگینەدان بە هەر شتێک بەرەهایی؛ گەیشتن

Scanned with CamScanner

بە حاڵەتێکی نیمچەڕۆحانی دێنێتە ئاراوە کە ڕازی بین بەوەی نەفسمان بەردەوام نەبێت. لەم حاڵەتەدا ئەگەری دروستبوونی گرفتی زۆر بۆ مرۆڤ لە هەستی بەرکەوتەیی زیاتر لای مرۆڤ تا ئاستێکی زۆر دوور دەخاتەوە.

لە کۆتایی ڕێگادا بیکر گەیشتە تێگەیشتنێکی نوێی کتوپڕ، کاتێک لەسەر جێگای مردن بوو: کێشەکە لە پرۆژەی نەمریی خەڵکەکاندا خۆی مەڵاس داوە، نەک لەو چارەسەرانەدا کە پێی دەگەن. جا لەبریی هەوڵدان بۆ جێبەجێکردنی ئەو پرۆژانە (زۆر کات لە ڕێی هێزی بکوژەوە، یان بە سەپاندنی نەفسە خەیاڵکراوەکانی خۆیان بەسەر جیهاندا)، پێویستە خەڵکی نەفسە خەیاڵکراوەکانیان بخەنە ژێر پرسیارەوە و قبوڵی ئەو ڕاستییە بکەن کە ئەوان دەمرن. بیکر ئەمەی ناو ناوە «دژەژەهری تاڵ» و هەوڵ دەدات خۆی قبوڵی بکات، کاتێک بەرەوڕووی مردن دەچێت کە لێی نزیک بووەتەوە. ڕاستە مردن شتێکی خراپە، بەڵام مسۆگەرە. لێرەوە پێویستە لەسەرمان هەوڵی خۆدزینەوە نەدەین لەم تێگەیشتنە، بەڵکوو پێویستە لەگەڵی پێک بێین تا ئەو ئاستەی دەتوانین. کاتێک ڕاستیی مردنمان بۆ ئێمە جێی ئاسوودەیی بێت (ئەو ڕیشەی هەموو ترسەکانمانە، ئەو دڵەڕاوکێ شاراوەیەیە کە هەموو ئارەزووە بێترخەکانمان دەجووڵێنێت)، ئەوا دەتوانین بەهاکانی خۆمان بە ئازادییەکی زیاترەوە هەڵبژێرین بێ ئەوەی هەوڵە نالۆژیکییەکانمان بۆ نەمری سنووردارمان بکات و بەمەش ڕزگارمان دەبێت لە تێڕوانینە چەقبەستووە مەترسیدارەکانمان.

ڕووە گەشەکەی مردن

لە بەردێکەوە بۆ یەکێکی تر هەنگاو دەنێم، بەدامەزراوی هەڵدەگەڕێم، ماسوولکەکانی قاچم گرژ دەبن و ئازارم دەکەن، لەم حاڵەتەدا کە هاوشێوەی حاڵگرتنە، حاڵەتێکی سەرچاوەگرتوو لە کۆششی جەستەیی هێواشی دووبارەبووەوە. دەبینم لە لوتکەکە نزیک دەبمەوە، ئاسمان قووڵ و فراوان دەبێت، منیش ئێستا بەتەنهام، هاوڕێکانم بە ماوەیەکی زۆر لە دوامەوەن و وێنەی زەریا دەگرن.

دواجار دەچمە سەر بەردێک و دیمەنەکە هەمووی لە بەردەممدا دەکرێتەوە، دەتوانم لێرەوە تا ئاسۆیەکی کۆتاییپێنەهاتوو ببینم، وا هەست دەکەم سەیری کۆتایی زەوی دەکەم لەو شوێنەی ئاو بە ئاسمان دەگات، لەو شوێنەی شین بە شین دەگات، با لە دەوروبەرم هەڵدەکات و دەلورێنێت، سەرم بەرز دەکەمەوە و تەماشا دەکەم، هەموو شتێک سەرنجڕاکێشە، هەموو شتێک بەنرخە.

من لە (رأس رجاء صالح)م لە باشووری ئەفەریقا، ئەمە ئەو خاڵەیە کە ڕۆژێک لە ڕۆژان خەڵکی وا گومانیان دەبرد کە دوایین خاڵی ئەفەریقایە لە ئاراستەی باشوورەوە و دوایین خاڵی جیهانیشە. شوێنێکی شلەژێنەرە، هەمووی گەردەلوول و جووڵەی ئاوە، شوێنێک کە چەندین سەدەی بینیوە لە ئاڵوگۆڕ و بازرگانی و چالاکییە مرۆییەکان، هەروەها شوێنی هیوای باشەیە، ئای لەو دژیەکییە!

وتەیەک هەیە لە زمانی پورتوگالیدا دەڵێت: «بەدەوری (رأس رجاء صالح)دا دەسووڕێتەوە.» دژیەکییەکە لەم دەربڕینەدا ئەوەیە کە باس لە ژیانی مرۆڤ دەکات کاتێک لە دوایین قۆناغەکانیدا دەبێت، بەو مانایەی چیتر توانای نەماوە شتێکی زیاتر بەدەست

بهێنێت.

بە ئاراستەی شین بەسەر بەردەکاندا هەنگاو دەنێم بۆ فراوانکردنی ئەو بوارە شینەی هەموو دیدگامی گرتووەتەوە. من ئارەقە دەکەمەوە، بەڵام هەست بە سەرمان دەکەم، من زۆر دڵخۆش و هەژاوم، بەڵام دوودڵم، ئایا ئەمە بابەتەکەیە؟

بایەکە لە گوێم دەدات، ناهێڵێت گوێم لە هیچ بێت، بەڵام من لێوارەکە دەبینم: لەوێ، ئەو شوێنەی بەرد بە نەبوون دەگات. ڕادەوەستم، بۆ ساتێک لە شوێنی خۆم ڕادەوەستم، تەنها چەند مەترێک لەو لێوارەوە دوورم، دەتوانم لە خوارەوە زەریاکە ببینم، شەپۆلەکانی لە بەردەکان دەدەن و کەف بە سەریدا بەرز دەبێتەوە... شەپۆلەکان بە درێژایی چەند میلێک لە هەموو ئاراستەکانەوە درێژ بوونەتەوە، ڕەوتی تووڕەی ئاوەکان ململانێ لەگەڵ ئەو دیوارانەدا دەکەن کە هیچ ڕێگایەک نییە بۆ تێپەڕاندنیان، لە بەردەممدا کەندێک هەیە کە بەرزییەکەی لە ئاوەکەی ژێریەوە لە پەنجا مەتر کەمتر نییە.

لای ڕاستمەوە گەشتیارەکان دەبینم کە لەکەنار دەریاکە لە خوارەوە بڵاو بوونەتەوە، لەوێ وێنە دەگرن و لێرە و لەوێ وەک شارەمێروولە کۆ دەبنەوە. ئاسیا لەلای چەپمەوەیە، ئاسمان لە بەردەممدایە و لە دواشمەوە هەموو ئەوەیە کە هیوام پێی هەبووە و لەگەڵ خۆم هێناومە.

چی دەبوو ئەگەر هەموو ئەوانە لێرە نەبوونایە؟ چی دەبوو ئەگەر هەموو ئەوانە لەو شوێنە بوونیان نەبووایە؟

سەیری دەوروبەرم دەکەم، من بەتەنهام، هەنگاوی یەکەمم دەنێم بەرەو لێواری کەندەکە.

وا دەردەکەوێت جەستەی مرۆڤ ڕادارێکی سروشتیی تێدا بێت

کە بتوانێت ئەو هۆکارانەی دەبنە هۆی مردن، ئاشکرای بکات، بۆ نموونە؛ کاتێک ماوەی نێوان تۆ و لێواری کەندەکە دەبێتە نزیکەی سێ مەتر، لێوارێک کە هیچ پەرژینێکی پارێزەری نییە، جۆرێک لە شلەژان هەموو جەستەت دەگرێتەوە، پشتت ڕەق دەبێت، پێستت کونج کونج دەبێت، چاوەکانت زەق دەبنەوە و دەچنە سەر وردەکاریی هەموو ئەو شتانەی لە دەوروبەرتدان، وا هەست دەکەیت قاچەکانت لە بەرد دروست کراون... وەک ئەوەی موگناتیسێکی گەورەی شاردراوە لەسەرخۆ جەستەت ڕابکێشێت بۆ دواوە، بۆ شوێنێکی پارێزراو.

بەڵام بەرەنگاری ئەو موگناتیسە دەبمەوە، قاچە بەبەردبووەکانم ڕادەکێشم و لە لێوارەکە نزیک دەبمەوە.

لە دووریی یەک مەترەوە، مێشکت پەیوەست دەبێت بە کۆمەڵەکانی ترەوە، تۆ ئێستا دەتوانیت تەنها لێواری کەنارەکە ببینیت، تۆ ئێستا دەتوانیت نەک هەر تەنها لێواری کەنارەکە ببینیت، بەڵکوو تەختایی کەنارەکەش دەبینیت، بۆ خوارەوە... دیمەنێکە کە هانی چەندین وێنای نەخوازراو دەدات لە خلیسکان و کەوتنەخوارەوە و تلبوونەوە بۆ ناو چاڵی مردن لە خوارەوە. ماوەکە بەڕاستی دوورە، مێشکت ئەوەت بیر دەهێنێتەوە. بەڕاستی دوورە! چی دەکەیت هاوڕێم؟ بوەستە لە شوێنی خۆت. بوەستە!

بە عەقڵم دەڵێم بێدەنگ بە، لەسەر چوونەپێشەوەم بەهێواشی بەردەوام دەبم.

کاتێک ماوەکە لە یەک مەتر کەمتر دەبێتەوە؛ تەواوی جەستەت دەکەوێتە حاڵەتێکی ئامادەباشیی توندەوە، تەنها ئەوە بەسە قاچت لە قەیتانی پێڵاوەکانت بگیرێت و بکەوێتە خوارەوە و ئەو ماوە کەمە ببڕیت کە لەنێوان تۆ و کۆتایی ژیانتدایە، هەست دەکەیت

Scanned with CamScanner

که ئەوانەیە هەلکردنی بایەکی بەهێز بخولقێنێت بۆ ئەو ناکۆتاییەی تیایدا دوو شینەکە بەیەک دەگەن، قاچەکانت موچرکیان پیدا دێت. دەستەکانیشت بە هەمان شێوە، هەروەها دەنگیشت دەلەرزێت ئەگەر ویستت بە خۆت بڵێیت کە ناتەوێت خۆت هەڵبدەیت بەرەو لەناوچوونت.

ئەو ماوە کەمەی ماوە؛ سنووری رەهای کۆتاییە بۆ زۆربەی خەڵکی. ئەوە بەسە بۆ ئەوەی رێگا بدات بچەمێیتەوە و سەیرێکی خێرای شێوەکەی خوارەوە بکەیت، بەڵام هێشتا دوورە تا ئەو ئاستەی هەست بکەیت هێشتا لە مەترسیی راستەقینەدا نییت و هێشتا نزیک نییت لەوەی خۆت بکوژیت. وەستان لەو ماوە نزیکە لەلێواری کەنارەکە، تەنانەت ئەگەر کەنارێکی جوان و جادوویی وەکوو (رأس رجاء صالح)یش بێت؛ هەستکردنێکی سەرخۆشانە بە سەرگێژی دروست دەکات، هەرەشەت لێ دەکات بە هێنانەوەی دوایین ژەمەخۆراک کە خواردووتە.

ئایا ئەوەیە؟ ئەوە هەموو ئەو شتەیە کە لێرەیە؟ ئێستا هەموو ئەوانە دەزانم کە دەبێت لە تەواوی ژیانمدا بیزانم؟

هەنگاوێکی تر دەچمە پێشەوە، هەنگاوێکی زۆر بچووک، پاشان هەنگاوێکی دیکەی بچووک بەدوایدا، ئێستا دوورییەکە بووە بە نیومەتر، قاچەکانم لە پێشەوە دەلەرزن کاتێک کێشی لەشم دەخەمە سەریان، بەردەوام دەبم لە چوونەپێش، بەرەنگاریی موگناتیسەکە دەکەم، بەرەنگاریی عەقڵم دەکەم، بەرەنگاریی هەموو غەریزەی مانەوە دەکەم.

دوورییەکە بوو بە سی سەنتیمەتر، من راستەوخۆ بۆ تەختایی کەنارەکە دەڕوانم لە خوارەوە، حەزێکی کتوپڕ دامدەگرێت بۆ ئەوەی هاوار بکەم، جەستەم کرژ دەبێت و بە هۆکارێکی غەریزەیی

دادەنەوێنت، دەیەوێت خۆی لە شتێکی خەیاڵکراو بپارێزێت کە شیکردنەوەی سەختە، بایەکە هاوشێوەی زریانێکی تەرزەی لێ دێت، بیرۆکەکان وەک بۆکسی یەک لەدوای یەکی لەناکاو دێن.

کاتێک دوورییەکە دەبێتە سێ سەنتیمەتر؛ هەست دەکەیت هەڵواسراویت، تەماشای هەر شوێنێک دەکەیت جگە لە خوارەوە، هەست دەکەیت بوویت بە بەشێک لە خودی ئاسمان، لە ساتەدا هەست دەکەیت دەکەویتە خوارەوە.

خۆم دەدەم بە زەویدا و هەناسەم ڕادەگرم، بیرکردنەوەکانم کۆ دەکەمەوە، خۆم ناچار دەکەم سەیری خوارەوە بکەم، سەیری ئەو ئاوەی دەیدات بە بەردەکاندا لەخوار منەوە، پاشان دووبارە سەیر لای ڕاستم دەکەمەوە، بۆ ئەو مێروولە بچووکانەی لەدەوری لافیتەکانی خوارەوە کۆ بوونەتەوە و وێنە دەگرن و لەدوای پاسە گەشتیارییەکانەوە دەڕۆن... هیچ هەلێک نییە بۆ ئەوەی یەکێکیان بمبینێت. ئەم حەزە بۆ سەرنجڕاکێشان؛ حەزێکی تەواو ناعەقڵانییە، بەڵام کارەکە هەمووی بێعەقڵانەیە. بەدڵنیاییەوە مەحاڵە لێرە من ببینن، لەم سەرەوە، تەنانەت ئەگەر بینینیشم مەحاڵ نەبێت، ئەو کەسانە لەو دوورەوە ناتوانن هیچ بڵێن یان هیچ بکەن.

گوێم لە هیچ نییە، دەنگی با نەبێت.

ئەمە خۆیەتی؟

لەشم دەکەوێتە لەرزین، ترس دادەبارێت، کوێرانە زیهنم کۆ دەکەمەوە، وا دەکەم بیرکردنەوەکانم جۆرێک لە تێڕامان بکەن. هیچ شتێک هێندەی ئەوەی چەند سەنتیمەترێک لە مردنتەوە نزیک بیتەوە، ئامادە و هۆشیارت ناکاتەوە. هەڵدەستمە سەر پێ و سەرلەنوێ تەماشا دەکەم و دەبینم زەردەخەنە دەکەم، بەبیر خۆمی دەهێنمەوە کە مردن هیچ کێشەیەکی تێدا نییە.

Scanned with CamScanner

ئەم حەزکردنە لە مردن، بەڵکوو دەستبردنی لەسنووردەرچوو بۆ مردن؛ ڕیشەیەکی زۆر نایابە. ڕەواقییەکان لە یۆنان و ڕۆمای کۆندا خەڵکی هان دەدەن بۆ بیرکردنەوە لە مردن لە هەموو کاتێکدا، بۆ ئەوەی بتوانن چێژی زیاتر لە ژیان وەربگرن و لە ڕووبەڕووبوونەوەی ناڕەحەتییەکانی ژیاندا بەخۆبەکەمگرییەوە بمێننەوە. لە زۆر شێوازی ئایینی بووزاییدا، زۆر کات ڕاهێنان بە خەڵکی دەکرێت لەسەر تێڕامان وەک ئامرازێک بەدەست مرۆڤەوە بۆ خۆئامادەکردنی بۆ مردن لە کاتێکدا هێشتا لە ژیاندا ماون. کارکردن لەسەر مرۆڤ بەوەی خۆی تێکەڵ ببێت و بتوێتەوە لە (عدم) نەبوونێکی فراواندا (گەیشتن بە حاڵەتی نیرفانا، حاڵەتی ڕۆشنبوون)؛ گەڕانێکی ئەزموونییە لە بڕینی ئاستێکی جیاکەرەوە و گەیشتن بە ناوچەکەی تر، بەڵکوو خودی مارك توین؛ ئەو بێعەقڵە قژدرێژە کە هات بۆ سەر زەوی و دواتر جێی هێشت و بە سواری کلکداری هالی گەڕایەوە، دەڵێت: «ترسان لە مردن، لە ترسان لە ژیانەوە سەرچاوەی گرتووە. ئەو مرۆڤەی پڕاوپڕی ژیانی دەژی، لە هەر ساتێکدا ئامادەیە بۆ مردن».

لەلێواری کەنارەکەوە دەچەمێمەوە، کەمێک خۆم دەچەمێنمەوە بۆ دواوە، هەردوو بەری دەستم لە دواوە لەسەر زەوی دادەنێم و بەهێواشی حەوزم نزم دەکەمەوە تا بەر زەوی دەکەوێت، پاشان وردە وردە قاچم دەخشێنم بۆ پێشەوە تا لە لێوارەکە تێدەپەڕێت، بەردێکی بچووک لەژێر لێوارەکەدایە، قاچم دەخەمە سەری، پاشان قاچەکەی دیکەم درێژ دەکەم و دەیخەمە سەر هەمان لێوار، ساتێک لەوێدا بەلاری بۆ دواوە دادەنیشم و لەسەر بەری دەستەکانم خۆم ڕادەگرم، بایەکە قژم دەشێوێنێت، ئێستا ئەگەری دڵەڕاوکێ هەیە... تا ئەو کاتەی چاوم لەسەر هێڵی ئاسۆ بێت.

لەو کاتەدا دادەنیشم بەرەقی و سەرلەنوێ تەماشای کەنارەکە دەکەمەوە، جارێکی تر ترس هەڵدەقوڵێت و بە بڕبڕەی پشتمدا دەڕوات و تەزوویەک دەدات لە پەلەکانم و وا دەکات هەموو ئاگایی مێشکم لەسەر شوێنی هەر بەشێکی لەشم بەوردی چڕ بێتەوە بۆ هەر سەنتیمەترێک لە جەستەم. هەندێ جار ترس خنکێنەر دەبێت، بەڵام هەر کات دەمخنکێنێت؛ بیرکردنەوەکانم بەتاڵ دەکەمەوە و هەموو ئاگایی خۆم لەسەر کەنارەکەی ژێرم کۆ دەکەمەوە، خۆم ناچار دەکەم چاو ببڕمە دوایین شوێنی ئەگەریم، پاشان دان دەنێم بەوەی بوونی هەیە.

من لەلێواری جیهان دانیشتووم، لەوپەڕی کۆتایی باشووری کیشوەری ئەفەریقا لەسەر دەروازەی ڕۆژهـەڵات، هەستێکی ژێنەرەوە و دڵخۆشکەر بوو، هەست بە ئەدرینالین دەکەم کە بە جەستەمدا دەڕوات، پێشتر لە هەموو ژیانمدا هێندە بێ جووڵە نەبووم، هێندە پاڵنەرم نەبووە، هێندە ئەم هەموو حاڵگرتنەم نەبووە، گوێ بۆ ڕەشەبا دەگرم، چاودێریی زەریاکە دەکەم و بۆ کۆتایی زەوی دەڕوانم، پاشان لەگەڵ ڕووناکی پێدەکەنم... لەگەڵ هەموو ئەو شتانەی بەر هەستت دەکەوێت کە تۆ باشیت.

ڕووبەڕووبوونەوەی ڕاستیی لەناوچوونمان؛ بابەتێکی یەکجار گرنگە، لەبەر ئەوەی هەرچی بەهای بێنرخ و ڕووکەشی و فشەڵ هەیە لە ژیانماندا رایدەماڵێت. لە کاتێکدا زۆرینەی خەڵک ڕۆژەکانیان بەڕاکردن بەدوای دۆلارێکی زیاتردا بەسەر دەبەن، یان لە پێناو زیاترکردنی ناوبانگیان و گرنگیدانی خەڵک پێیان، ئەگەرچی کەمیش بێت، یان بەدوای کەمێک زیادکردنی دڵنیایی لەوەی کە ئەوان ڕاستن یان خۆشەویستن، بەڵام مردن لەناکاو دێت بۆ لای هەموومان بە پرسیارێک کە زۆر ئازاربەخشترە، زۆریش گرنگترە: «دوای خۆت،

چی جی دەهێڵێت؟»

جیهان چەند جیاوازتر دەبێت، چەندە باشتر دەبێت کاتێک ژیانت کۆتایی دێت؟ ئەو شوێندەستە کامەیە کە جێی دێڵیت؟ کام نیشانەیەی تێدا جێ دەهێڵیت؟ کامەیە ئەو کاریگەرییەی تۆ هۆکاری بوویت؟ دەڵێن جووڵانی باڵی پەپوولەیەک لە ئەفەریقا، ڕەنگە ببێتە هۆی دروستبوونی گەردەلوول لە فلۆریدا... کامەیە ئەو گەردەلوولانەی دواتر بەجێیان دێڵیت؟

بیکر ئاماژەی بەوە داوە دەتوانین بڵێین کە ئەو پرسیارە تاکە پرسیاری گرنگە لە هەموو ژیانماندا، مەگەر ئەوەی خۆمان بدزینەوە لە بیرکردنەوە لێی، خۆمان لە بیرکردنەوە لێی دەدزینەوە لەبەر ئەوەی پرسیارێکی قورسە، خۆمان لە بیرکردنەوە لێی دەدزینەوە لەبەر ئەوەی پرسیارێکی ترسناکە، هەروەها خۆمان لە بیرکردنەوە لێی دەدزینەوە لەبەر ئەوەی هیچ بیرۆکەیەکمان نییە لە بارەی ئەوەی لە ژیاندا ئەنجامی دەدەین.

کاتێکیش خۆمان لەم پرسیارە دەدزینەوە؛ ڕێگا بە بەهای لاوەکیی خراپ دەدەین کە عەقڵمان برفێنێت و زاڵ ببێت بەسەر ئارەزوو و حەزەکانماندا، بەبێ دانانان بەو مردنەی هەمیشە چاوی لەسەرمانە. شتە ڕووکەشەکان بەلامانەوە گرنگ دەبن و شتە گرنگەکانیش دەبنە لاوەکی. مردن تاکە شتێکە کە دەتوانین دڵنیایی تەواومان لە بارەیەوە هەبێت، لەبەر ئەوەی بەو شێوەیەشە؛ ئەوا ئەرکێکە لەسەرمان دیاریکەرێکی ئاراستەمان هەبێت پشتی پێ ببەستین لە ئاراستەکردنی هەموو بەهاکانی ترمان و بڕیارەکانی ترمان. ئەمە وەڵامی ڕاستی هەموو ئەو پرسیارانەیە کە پێویستە لە خۆمانی بکەین، بەڵام نایکەین، تاکە ڕێگا بۆ ئەوەی بەرامبەر مردن هەست بە ئاسوودەیی بکەیت ئەوەیە لە خۆت تێبگەیت و بە جۆرێک

بۆ خۆت بڕوانیت وەک ئەوەی لە خۆت گەورەتریت، ئەو بەهایانە هەڵبژێریت کە تەمەنیان تاکوو دوای تەمەنی تۆ درێژ دەبێتەوە: چەند بەهایەکی سادەی ڕاستەوخۆ کە دەتوانیت مامەڵەی پێوە بکەیت و ئەویش بتوانێت بەرامبەر ئاژاوەی جیهانی دەوروبەرت لێبووردە بێت، ئەمە ڕیشەی یەکەمی هەموو بەختەوەرییەکە. ئەگەر پێت خۆش بێت گوێ بۆ ئەرستۆ یان بۆ زانایانی دەروونناسی لە زانکۆی هارڤارد شل بکەیت یان بۆ مەسیح یان بۆ تیمەکەی بیتلز، ئەوا بۆت دەردەکەوێت کە هەموویان پێت دەڵێن بەختەوەری لە هەمان شتەوە دێت: گرنگیدان بە شتێکی لە خۆت گەورەتر، هەروەها باوەڕبوون بەوەی تۆ ڕەگەزێکی پێکهاتووی لە هەموو ئەو شتانەی لە خۆت گەورەترن، بزانیت کە ژیانت هیچ نییە جگە لە پرۆسەیەکی بچووک کە لە چوارچێوەی پرۆسەیەکی گەورەتردا ڕوو دەدات کە هیچ ڕێگایەک نییە بۆ تێگەیشتن لێی. ئەم هەستەیە وا دەکات خەڵکی خواپەرستی بکەن، ئەمەش وا دەکات شەڕ هەڵبگیرسێنن، ئەمەش وایان لێ دەکات بنەماڵە دروست بکەن و پارەی خانەنشینی پاشەکەوت بکەن و پرد بنیات بنێن و مۆبایل دروست بکەن: ئەمە ئەو هەستە سەرکێشەیە بەوەی کە تۆ بەشێکیت لە شتێکی لە خۆت گەورەتر و لە تۆ زاناتر.

ئەمەیە کە هەستی بەرکەوتەیی زیاترمان تێدا ناهێڵێت، ئەم هەستکردنە بە بەرکەوتەیی زیاتر؛ دەتوانێت هەموو ئاگاییت ڕابکێشێت بۆ ناوەوە، بۆ ناو خۆت، وا دەکات هەست بکەیت کە تۆ سەنتەری کێشەکانی هەموو گەردوونیت و تۆیت بەدەست هەموو ستەمەکانەوە دەناڵێنیت و تۆ شیاوی هەموو مەزنییەکیت بەجیا لە هەمووان.

Scanned with CamScanner

لەبەر ئەوەی هەستکردن بە بەرکەوتەیی زیاتر هێندە خەڵەتێنەرە، لە دەرەوەی خۆمان دادەبڕێت. حەزی زانینمان بە ئاراستەی جیهان هەڵدەگێڕێتەوە، کاریگەربوونمان بەم جیهانە قلپ دەکاتەوە و بەرگەگرتن و لایەنداری و ڕەتکردنەوەمان تێدا پێچەوانە دەکاتەوە و بە هەر کەسێک بگەین و هەر شتێک ڕوو بدات؛ دەیخەینە ئەستۆی ئەو، ئەمە لەوانەیە خەڵەتێنەر بێت، لەوانەشە سەرنجڕاکێش بێت، هەندێک جار هەستێکی باشمان دەداتێ، بەڵکوو هەندێک جار دەرگای زۆرمان بۆ دەکاتەوە، بەڵام ژەهرە بۆ ڕۆح.

ئەم ڕێوشوێنانە پەتایەکن کە ئێستا تووشمان دەبن. ئێمە لە حاڵەتێکی خۆشگوزەرانیی مادیداین، بەڵام لە ئاستێکی زۆر نزمدا لە ڕووی دەروونییەوە دەناڵێنین. خەڵکی لە هەموو بەرپرسیارێتییەک ڕادەکات، داواش لە کۆمەڵگا دەکەن هەستەکانیان لەبەرچاو بگرن. خەڵکی دەستیان گرتووە بە دڵنیاییە هەڕەمەکییەکانەوە، پاشان هەوڵ دەدەن ئەگەر بەزۆریش بێت بەسەر خەڵکیدا بیسەپێنن، ئەمەش بە ناوی مەسەلەیەکی داهێنراوی ڕاستەوە. کەسانێک نغرۆ دەبن کە هەستێکی ساختە بە سەرکەوتن بەسەر ئەوانی تردا سەرخۆشی کردوون لە حاڵەتێکی ئیفلیجبوون و بێهۆشی لە ترسی شکستهێنان لە هەوڵی ئەنجامدانی کارێکی بەنرخدا.

تێکدانی عەقڵی نوێ بە هۆی نازکێشانەوە؛ مرۆڤی وای هێناوەتە ئاراوە کە وا هەست دەکەن شیاوی شتێکن بەبێ ئەوەی خۆیان بەدەستی بهێنن، مرۆڤێکن کە هەست دەکەن شتێک مافی ئەوانە بەبێ ئەوەی قوربانییان بۆ ئەو شتە دابێت، ئەوانە مرۆڤانێکن کە خۆیان وا دەناسێنن کە شارەزا و خاوەن کار و داهێنەر و نوێکەرەوە و خاوەن عەقڵی سەربەخۆ و ڕاهێنەری خەڵکن، بەبێ

ئەوەی هیچ ئەزموونێکی ڕاستەقینەیان هەبێت لە ژیاندا، ئەمانە ئەو کارانە ناکەن لەبەر ئەوەی خۆیان بە گەورەتر لە خەڵکی بزانن، بەڵکوو لەبەر ئەوەیە هەست دەکەن پێویستیان بەوەیە کە گەورە بن و قبوڵکراو بن لە جیهانێکدا کە ئاهەنگ تەنها بۆ ئەوانە دەگێڕێت کە هەڵاوێردە و سەرکەوتوون.

کلتووری ئەمڕۆمان سەرکەوتنی گەورە و سەرنجڕاکێشانی گەورەی لێ تێکەڵ بووە و هەردووکیان بە یەک شت دەزانێت، بەڵام یەک شت نین.

تۆ کەسێکی مەزنیت، تۆ بەڕاستی مەزنیت جا پێی بزانیت یان نا، ئەگەر خەڵکی پێی بزانن یان نا. تۆ لەبەر ئەوە مەزن نیت کە پرۆگرامێکت بۆ مۆبایلی ئایفۆن داهێناوە، هەروەها لەبەر ئەوە نا کە ساڵێک پێش ئەوانی تر خوێندنت تەواو کردووە، لەبەر ئەوەش نا کە بەلەمێکی تازەی نایابت بۆ خۆت کڕیوە، هیچ کام لەمانە مەزنی دیاری ناکەن.

تۆ بەڕاستی مەزنیت؛ لەبەر ئەوەی دەتوانیت ڕووبەڕووی ئەو شێواوییە بێکۆتاییە ببیتەوە لە هاتنی مردنێکی مسۆگەردا، دەتوانیت بەردەوام بیت لە هەڵبژاردنی ئەو شتەی گرنگیی پێ دەدەیت و ئەوەی گرنگیی پێ نادەیت. بەتەنها ئەمە ڕاستییەکەیە، ئەمە پێشخستنێکی سادەیە بۆ بەهاکانی خۆت لە ژیاندا، ئەمەیە جوانت دەکات، ئەمەیە سەرکەوتووت دەکات، ئەمەیە بە شێوەیەکی کرداری خۆشەویستت دەکات، تەنانەت ئەگەر ئەمەش نەزانیت، تەنانەت ئەگەر بەڕووتییش خەوتبیت، تەنانەت ئەگەر برسییش بیت.

هەروەها تۆش دەمریت، دەمریت لەبەر ئەوەی بەخت بۆت پێکەنی و ژیایت، لەوانەیە هەست بەمە نەکەیت، بەڵام پێویستە ڕۆژێک بڕۆیت بۆ لێواری کەندێک... لەوانەیە لەو کاتەدا هەستی

Scanned with CamScanner

پێ بکەیت.

ڕۆژێک بۆکۆفسکی نووسیی: «لە داهاتوودا هەموومان دەمرین، هەموومان دەمرین، ئای لەو سێرکە! تەنها ئەمە بەسە بۆ ئەوەی هەریەکەمان ئەوی ترمان خۆش بوێت، بەڵام ئێمە ئەوە ناکەین، شتە بێترخەکانی ژیان ختوکەی هەستەکانمان دەدەن، هەروەها تووشی شڵەژانیشمان دەکات، ئێمە مرۆڤین کە هیچ دەمانخوات».

کاتێ ئەو شەوە دێتەوە یادم لەتەنیشت دەریاچەکەوە، کاتێک سەیری لاشەی جوشی هاوڕێم دەکرد کە فریاگوزارەکان دەریانهێنابووەوە لە ئاوەکە، لەیادمە چۆن لە تاریکیی ئەو شەوەدا دەمبینی کە «من»ی خۆم بەهێواشی دەتوامەوە. مردنی جوش زۆر زیاتر لە پێشوو شتی فێر کردم. بەڵێ، یارمەتیی دام خۆم کۆ بکەمەوە، لەوەی بەرپرسیارێتیی هەڵبژاردنەکانم بگرمە ئەستۆ، هەروەها لەپشت خەونەکانمەوە ڕێ بکەم بە شەرمێکی کەمتر و ڕێگرییەکی کەمترەوە.

بەڵام هەموو ئەمانە بەرەنجامی لاوەکی بوون بۆ وانەیەکی قووڵتر و گرنگتر، وانەکە بەم شێوەیە بوو: ناکرێت ترسی هیچمان هەبێت. هەرگیز! یادخستنەوەی مردن بۆ خۆم، بەبەردەوامی و بە درێژایی چەندین ساڵ (لە ڕێگای تێڕامانەوە بێت یان لە ڕێی خوێندنەوەی فەلسەفە یان ئەنجامدانی کاری شێتانەی وەک وەستان لەسەر لێواری کەنارەکە لە باشووری ئەفوریقا)؛ تاکە شتێک بوو کە یارمەتیی دام بەردەوام لەسەر ئەو تێگەیشتنەم بمێنمەوە لە سەنتەری بیرکردنەوەمدا. ئەوە ڕازیبوون بوو بە مردنم، ئەوە تێگەیشتن بوو لە فشەڵیم، ئەوە بوو هەموو شتێکی ئاسانتر کرد، وای کرد خۆم لە هەر ئالوودەبوونێک کە هەمبوو؛ ڕزگار بکەم و شووناسی خۆم دیاری بکەم و ڕووبەڕووی هەستکردن بە

Scanned with CamScanner

بەرکەوتەیی زیاترم ببمەوە و بەرپرسیارێتیی کێشەکانی خۆم لەئەستۆ بگرم... بەم شێوەیە دژایەتیی ترس و دوودڵییەکانم کرد و شکستم قبوڵ کرد لەگەڵ ڕازیبوون بە هەر ڕەتکردنەوەیەک بە ڕوومدا، ورده ورده هەموو ئەم شتانە قورساییان کەمتر دەبوو لە ڕێی بیرکردنەوەم لە مردن، تاکوو زیاتر چاوم ببڕیایە تاریکی؛ تاریکییەکە ڕووناکتر دەبوو و جیهان هێورتر دەبووەوە، هەروەک هەستی بەرەنگاریی بێئاگایانەم بەرامبەر هەر شتێک کەمتر دەبووەوە لە پێشوو.

چەند خولەکێک لەوێدا دانیشتم، لەلێواری کەنارەکەدا و لەخۆگرتنی هەموو شتێک، کاتێکیش دواجار بڕیاری هەستانم دا؛ دەستەکانم برد بۆ دواوە، پاشان خۆم ڕاکێشا و لە لێوارەکە دوور کەوتمەوە، دوای ئەوە بەهێواشی وەستام، سەیرێکی دەوروبەرم کرد تا دڵنیا ببم لە نەبوونی هیچ بەردێک بۆ ئەوەی قاچم لێی نەگیرێت و بکەوم، دوای ئەوەی دڵنیا بوومەوە لەوەی پارێزراو دەبم؛ ڕێم کرد بەرەو واقیع و گەڕامەوە: پێنج هەنگاو، دە هەنگاو... لەگەڵ هەر هەنگاوێکدا جەستەم دەگەڕایەوە باری ئاسایی، هەنگاوەکانم سووکتر بوونەوە، ڕێگام دا سەرلەنوێ موگناتیسی ژیان بەرەو لای خۆی ڕامبکێشێتەوە.

دوای ئەوەی چەند بەردێکم بەجێ هێشت و گەڕامەوە بۆ ڕێگا سەرەکییەکە، بینیم پیاوێک سەیرم دەکات، وەستام و چاوم بڕییە چاوەکانی.

پێی وتم: «بینیم لەسەر ئەو لێوارە دانیشتبوویت لەوێ.« بە شێوەزاری ئوسترالی قسەی دەکرد، وشەی «لەوێ« بەنامۆیی لە دەمی هاتە دەرەوە، بە پەنجەی ئاماژەی بۆ کیشوەری بەستووی باشوور دەکرد.

Scanned with CamScanner

«ڕاستە، دیمەنەکە سەرنجڕاکیشە، وا نییە؟»

من زەردەخەنەم دەکرد، بەڵام ئەو نەیدەکرد، دیمەنێکی جددی لە ڕووخساریدا بوو.

بە پانتۆڵە کورتەکەم دەستەکانم سڕییەوە، هێشتاش جەستەم دەلەرزی بە هۆی ئەو خۆبەدەستەوەدانەم، بێدەنگییەکی نامۆ باڵی کێشابوو بەسەرماندا.

ئوسترالییەکە وەستابوو، وەک ئەوەی سەری سوڕمابێت هێشتا تەماشای منی دەکرد، ئاشکرا بوو کە بیری لەوە دەکردەوە کە دواتر دەڵێت، پاش ساتێک بەوریاییەوە وشەکانی کۆ دەکاتەوە و دەڵێت: «هەموو شتێک باشە؟ هەستت چۆنە؟»

ساتێک بەبێدەنگی دەمێنمەوە، بەزەردەخەنەیەکەوە: «دەژیم، بەتەواوی دەژیم».

گومان و سەرسامی لە ڕووخساری دەپەڕێت و زەردەخەنەیەک شوێنی دەگرێتەوە، بە سەری ئاماژەیەک دەکات و بەردەوام دەبێت لە ڕۆیشتنی بە ڕێگاکەدا، بەڵام من هێشتا وەستاوم و چێژ لەو دیمەنە دەبینم و چاوەڕێم هاوڕێکانم بگەنە لوتکەکە.

کۆتایی

Scanned with CamScanner